Registered No. m.

MARUTHUVAN

மருத்துவன்

மலர் க. 1928ஷ அக்டோபர்மீ இதழ் க.

AL2

உள்ளுறை

பத்திரிகையின் நோக்கம்	1
மருத்துவர் அல்லது பண்டிதர் இலக்கணம்	6
பொது ஜனங்களுக்கொரு வேண்டுகோள்	9
அயம் அல்லது இரும்பு	13
உணவும் உடல் வலிவும்	17
மருந்து	20
மருத்துவப் பெரியார் வரலாறு	21
பாலர் பரிபாலனம்	

பத்திராசிரியர்

பண்டிட். எஸ். எஸ். ஆனந்தம்

மருத்துவன் காரியாலயம்

221, தங்கசாலை வீதி

சென்னை.

மருத்துவன்

ஓர் உயர்ந்த வைத்திய மாதப் பத்திரிகை

இம் மருத்துவன் ஒவ்வொரு குடும்பத்திற்கும் இன்றியமையாத வேண்டியவன். இவன் நோயணுகா விதிகளை ஆண், பெண் ஆகிய இரு பாலாருக்கும் போதிக்கக் கூடியவன், வந்த நோய்களை எளிதாகப் போக்கிக் கொள்ளும் வழிகளைக் கூறுபவன். பெண்கள் கருப்பெற்ற காலத்திலும், கரு உயிர்க்கும் காலத்திலும் நடந்து கொள்ள வேண்டிய முறைகளையும், பாலர் பரிபாலனத்தையும், குழந்தைகளுக்கு வரும் நோய்களையும், அவற்றிற்குரிய பரிகாரங்களையும் அறிவிப்பவன். பொதுவாக மக்கள் நோயின்றித் தேக பலத்தோடும் நீண்ட ஆயுளுடனும் வாழ்வதற் குரிய வழிகளை ஆராய்ச்சி முகத்தால் எடுத்து விளக்குபவன். மக்களுக்கு உயிரினும் சிறந்த பொருள் உலகில் வேறொன்றுமில்லையாதலால் ஒவ்வொருவருடைய உயிர் வாழ்க்கைக்கும் இம்மருத்துவன் உற்ற துணைவனுவான்.

மருத்துவனின் சந்தா விவரம்

ஆண்டு 1-க்குத் தபாற் கூலியுட்பட உள் நாடாகிய இந்தியா, இலங்கை, பர்மா முதலிய இடங்களுக்கு ரூ. 3—0—0.

பினங்கு, சிங்கப்பூர், கோலாலம்பூர், தென் ஆபிரிக்கா முதலிய வெளி நாடுகளுக்கு ரூ. 3—8—0.

தனிக்காப்பி அணு 0—4—0.

ஓராண்டுக்குக் குறைந்த சந்தா கிடையாது.

பத்திரிகை ஆங்கிலமாதம் முதல் நாள் வெளிவரும்.

சந்தாதாரர்கள் கவனிக்க வேண்டியவை

சந்தா தாரர்களாகச் சேருகிறவர்கள் தங்கள் பெயரையும், முழு விலாசத்தையும் அருகிலுள்ள தபாலாபீசோடு தெளிவாக எழுத வேண்டும்

சந்தா தொகையை முன்னரே செலுத்தியாவது அல்லது வி.பி-யில் செலுத்தியாவது பத்திரிகையைப் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.

ஆண்டின் நடுவில் சேருகிறவர்களுக்கு முன் பத்திரிகைகள் வேண்டுமானல், இருக்கும் சஞ்சிகைகளை மட்டும் அனுப்பப்படும்.

உ

மருத்துவன்

ஓர்மாதத் தமிழ் வைத்தியப் பத்திரிகை

மலர் க. } 1928ஆ அக்டோபர்மீ { இதழ் க.

நமது பத்திரிகையின் நோக்கம்

அறம், பொருள், இன்பம், வீடு என்னும் உறுதிப்பொருள் நான்கையும் அடைவதற்கு, நிலவுலகில் மக்கள் நோயின்றி நெடுநாள் உடல் வன்மையோடு வாழ வேண்டுவது இன்றியமையாததாகும். நோயின்றி வாழ்வதற்குரிய விதிவிலக்குகளையும் மருந்துகளையுங் கூறுவது மருத்துவ நூலாகும். தவத்தாற் சிறந்த சித்தர்கள் இயற்றிய நூல்களே மருத்துவ நூல்களெனப் பெயர் பெறும். இம்மருத்துவ நூல்களில், நோய்கள் வருவதற்குக் காரணங்களும், நோய்கள் வாராமல் தடுப்பதற்கு வழிகளும், வந்த நோய்களை நீக்கும் மணி, மந்திர, மருந்து முறைகளும், காய சித்திக்கு வேண்டிய கற்பங்களும், யோக முறைகளும், ஞான பாகங்களும் அடங்கியுள்ளன.

பண்டைக் காலத்தில் நமது நாட்டில் இவ்வரிய மருத்துவ வித்தையை, வழிவழியே முறையாகக் கற்ற பல மருத்துவப் புலவர்கள் சிறந்து விளங்கினார்கள். இம்மருத்துவர்கள் பொது மக்களுக்கு அவ்வறிவைப் பரப்பிப் பல வகையில் உதவிபுரிந்து வந்தார்கள். இக்காலத்தில் அத்தகைய கல்வி அறிவுள்ள மருத்துவர்கள் மிகக் குறைந்து போயினர். ஆதலால், இந்தியாவில் சிறு கிராமங்கள் முதல் பெரிய நகரங்கள் வரை ஆண், பெண், இருபாலாரிலும் கற்றவர், கல்லாதவர், செல்வர், வறியோர், இளைஞர் முதலிய எல்

லோருமே நோய் வாய்ப்பட்டும், வலியற்றும் வருந்தி, இளமையி லிறக்கின்றனர். நமது நாட்டில் நோயில்லாதவர்களையும், உடல் வன்மை உடையவர்களையும் காண்பது அரிதாய் விட்டது. மரணத தொகை மிகுதிப்படுகின்றது. கொள்ளை நோய்களும் நமது நாட்டை விட்டு நீங்குவதில்லை. குழந்தைகள் மரணம் நாளுக்குநாள் அதி கரிக்கின்றது. மற்ற நாடுகளைவிட நமது நாட்டில் மக்களின் ஆயு ளும், பலமும், குறைந்து கொண்டே வருகின்றன. இக்குறைகளை நீக்குவதற்கு, நகர்க்காப்புக் கழகங் (முனிசிபாலிட்டி) களும், அர சாங்கமும் தம்மால் இயன்றவரை முயற்சிசெய்து வருகின்றன. ஆனுல் இதுவரை, எதிர்பார்க்கும் பயன் விளையவில்லை. இக் குறையை நீக்கத் தமிழ் மருத்துவப் புலவர்களால் எழுதப்பட்ட நோயணுகாவிதிகளைப் பள்ளிக்கூடங்களில் கட்டாய பாடமாகச் சேர்க்கவேண்டும்.

மற்ற கண்டங்களிலுள்ள மக்களெல்லாம் விலங்கின் தன்மையி லிருந்த நாட்களில் நம்மவர்கள் பலகலைகளிலும் வல்லவர்களாய்ச், சீரும் சிறப்புமுற்று விளங்கினுர்கள். அதனுல், நமது நாவலந் தீவு கலங்கரை விளக்கம்போல் மற்ற நாடுகளுக்கெல்லாம் தனது ஞான வொளியைப் பரவச் செய்தது. அதிலும் தென் இந்தியா அறிவுக் குப் பிறப்பிடமாய், ஞான வித்தாய் விளங்கியது என்பதை எவரும் மறுக்கத் துணியார்.

அண்ட கோடிகளெலாம் உண்டை வடிவில் உருண்டு சுழல் வதுபோல் அவ்வண்டத்தில் வாழும் பிண்டங்களாகிய மக்கள் தொகுதிகளில் ஒரு வகுப்பினர் ஒரு காலத்தில் மேல் நிலையிலிருப் பதும், பிறிதோர் காலத்தில் கீழ்நிலைக்கு வருவதும், கீழ் நிலையி லுள்ள பிறிதோர் வகுப்பினர் மேல்நிலை எய்தலும் காலவட்டச் சுழற் சியின் செயலேயாகும். ஒரு காலத்தில் நாம் எவ்வளவு உயர்ந்த நிலை யிலிருந்து வாழ்ந்தோமோ அவ்வளவுக்கு நேர்மாறுக இப்போது கீழ்நிலைக்கு வந்து அடிமைத் தன்மையில் வாழ்கின்ருேம். மற்ற நாடு களினும் நமது நாட்டிற்குள்ள தற்காலத் தனிப் பெருமை என்ன வெனில் நம்முடன் பிறந்த சகோதரர்களையே அருத்தமற்ற சாதி, மதப் பெயர்களால் பிரிவினைசெய்து வேற்றுமை படுத்திப் பொரு மையையும் பகையையும் வளர்த்து ஒற்றுமையற்றுக் கிடப்பதே

யாகும். நாம், மக்களுக்கு இன்றி அமையாத கல்வி, அறிவு, ஆன்ம சக்தி, தேகசக்தி, நீண்டஆயுள், செல்வம், ஒற்றுமை, அன்பு, அருள், ஒழுக்கம் முதலியவைகளை அறவே இழந்தோம். விலங்கிலும் கேடான நிலையை அடைந்தோம். இக்கீழ் நிலையிலிருந்து மீண்டும் நாம் ஒரு சமூகமாய் ஒற்றுமைப்பட்டுப் பண்டைக்கால நலன்களை எல்லாம் அடைந்து, மற்ற நாட்டினரைப்போல் சீரும், சிறப்புமுற வேண்டுமாயின் நமது தாய் மொழியை நன்கு பயின்று நமது செந்தமிழ் மொழியில் நமது பெரியோர்கள் சேமித்து வைத்துள்ள அன்பு, அறம், மருத்துவம், யோகம், ஞானம் முதலிய அறிவு நூல்களையும் வேளாண்மை, கைத்தொழில், வாணிபம் இரசாயன சாஸ்திரம் முதலியவைகளையும் கசடறக் கற்றல் வேண்டும். நம்மை மூடர்களாக்க நடுவில் வந்து சேர்ந்த பொய்க் கதைகளையும், புராணங்களையும், சாஸ்திரங்களென மதித்துள்ள தவறான எண்ணம் ஒழிய வேண்டும். நோய்வாராமல் தடுத்துக் கொள்ளவும், வந்த நோய்களைப்போக்கிக்கொள்ளவும் வழியறியாது உடம்பில் உண்டாகும் பிணிகளுக்கெல்லாம் காரணம், பேய், பிசாசு, மாடன், வீரன், இருளன், மாரி, காளி, முதலிய துர்த் தேவதைகளின் செய்கையே எனவும், பகைவர்களால் ஏவி விடப்படும் பில்லி, சூனியம், வைப்பு, எனவும், அவற்றிற்குச் ஜோதிஷம் பார்த்தல், மந்திரம் செய்தல், குறிகேட்டல், காணிக்கை செலுத்தல், சிறு தேவதைகளுக்கும் இறந்துபோனவர்கட்கும் பலியிடல், பூசை போடல், தலை மயிரை மொட்டை அடித்தல், நாவிலும், கன்னங்களிலும் அலகு குத்துதல் முதலிய செய்தல் வேண்டுமென எண்ணும் அறிவற்ற கொள்கைகள் ஒழியவேண்டும். ஒளி மழுங்கி மறைந்து கிடக்கும் நமது நாட்டு மருத்துவத்தை வளர்த்து, அதனைப் பிரகாசிக்கச் செய்து, அதன் பயனை உலகத்தில் எல்லோரும் அடைந்து இன்புறச் செய்தல் வேண்டும். இவைகளுக்காக நம்மாலியன்ற துறைகளி லெல்லாம் முயற்சி செய்வதே, நமது பெரும் நோக்கமாகும்.

தமிழ் நாட்டில் மருத்துவ நூல்களைத் துறை போகக் கற்றுத் தேர்ந்து சுதேச சமஸ்தானங்களிலும், பொது ஜனங்களிடத்திலும் பெரும்புகழ் படைத்த பரம்பரை மருத்துவ வகுப்பினில் பிறந்த யாம் அம்மருத்துவத் தொழிலை இளமை முதல் பயின்று, சென்னை நகரில் இருபது ஆண்டுகளுக்கு மேல் தமிழ் (சித்த) வைத்தியத்

தைச் செய்து வருகின்றோம். எனினும் நமது வைத்தியம் பொது மக்களாலும், அரசாங்கத்தாராலும் நன்கு மதிக்கப்படாமலும், ஆதரிக்கப்படாமலும் இருந்து வந்தது. அந்நிலையைப் பார்த்து மனம் சகியாமல் பன்னிரண்டு ஆண்டுகளுக்கு முன்னர் 23-12-1915-ஆம் நாள் சென்னையில் டாக்டர் சர். சுப்பரமணிய ஐயர், சர். பி. தியாகராய செட்டியார், திவான் பகதூர், P. இராஜரத்தின முதலியார் முதலிய பெரியோர்களின் ஆதரவினாலும், சென்னையிலும், வெளியூர்களிலுமுள்ள சில மருத்துவப் புலவர்களின் துணையினாலும் தென் இந்திய ஆயுள்வேத சங்கமெனும் பெயரால் ஒரு தமிழ் (சித்த) வைத்திய சங்கத்தை நிறுவி அச்சங்கத்துக்கு நாமே சில ஆண்டுகள் காரியதரிசியாகவும் இருந்து உழைத்து வந்தோம். அந்த நாள் முதல் தமிழ் வைத்திய பாடசாலை, தமிழ் வைத்தியசாலை, தமிழ் வைத்தியப் பத்திரிகை முதலியன நடத்தல், தமிழில் அச்சுக்கு வராது மிகுதியாயுள்ள மருத்துவ நூல்களை ஆராய்ந்து தொகுத்து அச்சிடுதல் முதலிய அலுவல்களைச் செய்ய அச்சங்கம் நோக்கங்கொண்டிருந்தது. அந்நோக்கப்படி செய்தற்கு நம்மவர்களின் ஒற்றுமைக் குறைவால் இதுகாறும் தடைபட்டு வந்தது. எனினும் நமது முயற்சி முற்றும் வீணாகாமல் அரசாங்கத்தார் நமது நாட்டு மருத்துவத்தை ஆதரிக்க முன்வந்து சென்னையில் இந்திய மருத்துவப் பாடசாலையில் தமிழ் (சித்த) வைத்திய பாட சாலையையும், சித்த வைத்திய சாலையையும் நான்கு ஆண்டுகளாக நடத்தி வருகின்றனர். அதற்காக நாம் நன்றியுள்ளவர்களா யிருக்கின்றோம். நமது மருத்துவ வளர்ச்சிக்குத் தமிழ் மருத்துவப் பத்திரிகை ஒன்றுவது நீடித்து நன்னிலையில் நடைபெற வேண்டியது இன்றியமையாததாகும்.

இஃதன்றித் தமிழ் நாட்டில் மருத்துவத் தொழிலைக் குல வித்தையாகக்கொண்டு பரம்பரையாக அத்தொழிலைச் செய்துவரும் மருத்துவ வகுப்பினர், கால வேற்றுமையாலும், அரசியல் மாறுதல்களாலும் தற்காலம் தங்கள் தொழிலின் அறிவுகுன்றி வருகின்றார்கள். இதனால் அவர்கள் பொது மக்களுக்குச் செய்துவந்த பேருதவியைச் செய்ய வகையற்றவர்களாய்ப் பெருமை குறைந்து இருக்கின்றார்கள். மருத்துவ வித்தையைத் திரும்பவும் அவ்வகுப்பினருக்குக்கல்வி அறிவோடு கலந்து போதிக்கக் கருதி ஏழாண்டுகளுக்கு

முன் தென்இந்திய மருத்துவ சங்கத்தைச் சென்னையில் நிறுவி அச் சங்கத்தின் சார்பில் இரண்டு மூன்று மகா நாடுகள் கூட்டிச்செய்த தீர்மானங்களில் மருத்துவவளர்ச்சிக்கும் மருத்துவர்களின்முன்னேற்றத்திற்கும் மருத்துவப் பத்திரிகை ஒன்று நடத்தவேண்டுமென்பதும் ஒன்றாகும். ஒரு பத்திரிகையைச் சரியான முறையில் நீடித்து நடத்துவதற்குவேண்டிய வசதிகள் ஏற்படாமல் நாம் இதுவரையில் இவ்வலுவலை நடத்த யோசித்துக் கொண்டிருந்தோம். ஆனால், நமது நண்பர்கள் மருத்துவப் பத்திரிகையொன்று நடத்தும்படி அடிக்கடி நம்மைத் தூண்டுவதாலும், நமக்கு இதிலுள்ள அபிமானத்தினாலும் சுமார் நாலுகோடி தமிழ் மக்களும் அதில் பல்லாயிரக் கணக்கான மருத்துவர்களும் தென்னாட்டில் இருப்பதாலும்,நமக்குள்ளதொல்லைகளுக்கிடையில் இம் "மருத்துவன்" எனும் வைத்திய மாதாந்தத் தமிழ்ப் பத்திரிகையையும் இறைவன் திருவருளால் நடத்த முன் வந்தோம். பத்திரிகைகளெல்லாம் அன்பர்களின் ஆதரவினாலேயே நீடித்து நடைபெறவேண்டும்.

இம் 'மருத்துவன்' என்னும் பத்திரிகை ஒவ்வொருவருடைய குடும்பத்திற்கும் இன்றியமையாது வேண்டிய நோயணுகா விதிகள், சுகாதாரப் பகுதிகள், கருப்பெற்ற காலத்திலும், கருவுயிர்க்குங் காலத்திலும், பெண்கள் நடந்துகொள்ள வேண்டிய முறைகள், பாலர் வளர்ப்பு, சிசு வைத்தியம், சமையல் பாகம், வைத்தியக் கைமுறைகள், ஆபத்துக்களில் செய்யவேண்டிய முதல் உதவிகள், சித்தவைத்தியம் எனும் தமிழ் வைத்தியம், மருத்துவர்களின் வரலாறு, மருத்துவ வகுப்பினரின் முன்னேற்றத்திற்கான குறிப்புகள், இன்றியமையாத பொது விஷயங்கள் முதலியவற்றைக் கொண்டு வெளியாகும். பெரியோர் இப்பத்திரிகையில் காணும் குற்றங்களை நீக்கிக் குணத்தைக்கொண்டு இப்பத்திரிகைக்கு வேண்டிய விஷயங்களை அன்புடன் கொடுத் துதவுவார்கள் என்று நம்புகின்றோம். மருத்துவன் பத்திரிகையை ஆதரிக்கப்பொதுமக்களையும் மருத்துவர்களையும் பணிவுடன் பெரிதும் கேட்டுக் கொள்ளுகின்றோம்.

பத்திராசிரியர்

அகத்தியர் இயற்றியது

மருத்துவர் அல்லது பண்டிதர்

இலக்கணம்

அறுசீராசிரிய விருத்தம்

பண்டிதன் முறைமை கேட்கில் பழிப்பிலான் சலிப்பி லானுய்க்
கொண்டதோர் உறுப்பில் சற்றுங் குறையிலான் பொறை யுளானுய்
வண்டணி குழலி னுரை மதித்துத்தன் அன்னை போல
மண்டல மொக்க எண்ணில் மருத்துவ னுகுந் தானே.

உத்தம குணங்க ளுள்ளோன் உயர்பெருங் கீர்த்தி யுள்ளோன்
புத்தியா லாய்ந்து சொல்வோன் பொருள்களை யாய வல்லோன்
சத்திய வார்த்தை யுள்ளோன் தருமசிந் தனையே யுள்ளோன்
குத்திர வார்த்தை பேசாக் குணன்பரி காரி யாமே.

மண்ணின்மேற் பெண்ணு ணுக்கும் மற்றுள வுயிர்கட் கெல்லாம்
கண்ணினில் இமைபோற் காக்குங் கடனுளான் கருணையுள்ளோன்
நண்ணிய பெண்ணு ணெல்லாம் நாடிய தந்தை தாயென்
றெண்ணியே மருந்து செய்யில் இடர்ப்பிணி தீரு மன்றே.

ஷை வேறு

குணங்கள் குறிகள் நாடியினல் குறித்து மனத்தின் திடமதனல்
பிணங்கி வரும் பிணிபலவும் பின்முன் கண்டு தானறிந்து
வணங்கு மருந்தால் மந்திரத்தால் மணியால் தேவ கடாட்சத்தால்
இணங்கு மெனினீர் மருந்து செய்மின் என்றேமுனிவ ரியம்பினரே.

மருத்துவர் உடுத்தும் உடை முதலியவை

காங்கு சிவப்புப் பலபுள்ளி கமழும் பட்டு மாவுரிகள்
நீங்க வேண்டுங் துகிலுடுக்க நேரே யாகா மருத்துவர்க்கே
ஓங்கும் வெள்ளைத் துகிலுடுத்தி யுண்மை நினைந்து மருந்துசெயில்
பாங்கு பெறவே பிணிதீரும் பாரிற் பாரும் பண்டிதரே.

ஷ வேறு

சந்தனம் புழுகு மற்றைச் சாந்தினை மெய்யிற் பூசி
அந்தண னாக்கி வைத்த ஆசிரியன் றருள் போற்றி
சிந்தையிற் செம்மை வாய்ந்து சிவபதம் நெஞ்சி லுன்னில்
வந்தபல் பிணிகள் தீரும் வைத்தியன் முறையென் றோதே.

சுந்தரானந்தர்

கலிநிலைத்துறை

மூன்று கண்ணுளோ ரிருவரா மன்னவரா ரென்னின்
ஆன்ற லோகமீன் றளிப்பவ னாகிய வானும்
தோன்று மக்கடந் துயரினைப் போக்கிடு வோனும்
ஏன்ற மாமருத் துவனுமே யெனவியம்புவரே.

பண்டிதரியல்பு கூறல்

பண்டி தன்பரி காரிநல் வைத்திய னெனப்பேர்
கொண்ட வன்பர னாகுமப் பெயரினைக் கொண்டோர்
மண்ட லத்தினில் மருத்துவ நூலறி மாந்தர்
எண்டி சைபுக ழெழுபிறப் பளவுமெண் கணராம்.

கலி விருத்தம்

தெய்வந் தன்னை வழிபடு சிந்தையும்
பொய்யி லாமொழி யுந்நற் புலமையும்
ஐய மற்ற வறிவும் பெருமையும்
வெய்ய கோபம் வெறுப்பு மிலாமையும்.

உயிர்கண் மீது கிருபையு மோகையும்
செவியிற் கேட்டிடு சிந்தையு மீகையும்
அயர்வி லாமையு மன்புநி றைந்துளான்
உயர்வ தாகிய வொப்பின் மருத்துவன்.

கலி நிலைத்துறை

நாடி யாதியெண் குறிகளை நன்குற நோக்கல்
பாட தாகுமுன் நோய்களின் பேதத்தைப் பார்த்தல்
வீடு நோயெனின் தகுமருந் தெண்ணியே வியற்றல்
ஈடி லாமருந் தின்விலை யீந்தபின் னீதல்.

அருளி லாமலே பொருளுடை யோர்கள்பா லீட்டிப்
பொருளி லார்களை நோய் தீப்பசி பனிப்பிணைப் போக்கித்
தெருளு நன்மருந் துணைதுகில் தீதற வளித்தல்
மருள கற்றிடு மருத்துவர் கடனென்பர் மன்னே.

தேரையர்

எண்சீர்கழி நெடிலாசிரிய விருத்தம்

தெய்வவுபா சனைபலநா லெல்லை காண்டல்
        திரிகரண சுத்திபன்னோய் தீர்த்த னாளும்
நைவகன்ற தீரமதி நட்பஞ் சான்றோர்
        நட்பொழுக்க மேன்மைகுண மன்புள் ளானாய்
மெய்வசுதை விகலையணங் குறைபதார்த்த
        விதியுடற்காதாரமட லங்கி மாந்தல்
கைவருமெண் பேதமெலா முணர்ந்தற் றானாய்க்
        காணிலந்த மருத்துவன்கைக் கரணி யுண்ணே

மூன்று கண் தலை நான்கு முகங்கள்
ஆன்ற வைந்திங் காறு கையுடல்
கான்ற வெட்டுக் கால்கள்பத் தெய்தி
*மாண்ட மருத்துவன் மாற்றுவ னேயே.

எண் சீர்க்கழி நெடிலடியாசிரிய விருத்தம்.

வா துகுறி வைத்தியரே சொல்லக்கேளீர் வாகாகக் கண்மூன்று
        தலைகள் நான்கு
நீதமுடன் முகமைந்து கைகளாறு நிலைசரீரங்களெட்டு
        கால்கள் பத்து
வீதமிதின் பயனறிந்தார் வியாதி தீர்ப்பார் விதமறியார் மானிடரைப்
        பழியே செய்வார்
சேதமாஞ் செய்மருந்து பலித்திடாது செத்த பின்பு தீநரகிற்
        சேருவாரே.

---

* மாண்ட = மாட்சிமையுள்ள

பொது ஜனங்களுக்கு ஒரு வேண்டுகோள்

இந்திய வைத்திய முறைகளை நான்கு வருஷங்களாகச் சென்னை அரசாங்கத்தார் ஆதரித்து வருகின்றனர். அது மிகவும் சிறந்த நோக்கமென்பது திண்ணம். ஆனால் நமது பொதுஜனங்களில் பலருக்கு நமது நாட்டு வைத்தியத்தில் அபிமானமில்லாமலிருப்பது வருந்தத்தக்கதாகும். அது சம்பந்தமாய்ச் சில விஷயங்களைத் தெரிவித்துக் கொள்ளுகின்றோம்.

ஒரு நாட்டின் வெப்ப தட்பத்திற்குத் தக்கவாறும், அந்நாட்டின் நித்தியவாழ்க்கை, பொதுவாழ்க்கைக்குத் தக்கவாறும், உணவு முதலியவற்றிற்குத் தக்கவாறும், அனுபவ மூலமாய் மருந்துகள் செய்தலும், பருவகாலம், நோயின் நிலைமை, நோயாளியின் வயது தாது முதலிய எண்வகைச் சோதனைகளை அறிந்து அம்மருந்துகளை உபயோகப்படுத்துதலும் வைத்தியமெனப்படும். ஒரு நோயாளிக்கு நல்ல வாசஸ்தானமும், மனித உதவியும், தக்க பத்திய பாக உணவும் மருந்தைக் காட்டிலும் மேலானவையாகும்.

இந்த நிலைமையில் ஒரு தேசத்தின் வைத்தியம் மற்றொரு தேசத்திற்கு எவ்வளவு தூரம் பொருந்துமென்பதை ஆராய்வோம். மேல்நாட்டிலோ மருந்து செய்பவரும், மருந்து விற்பவரும், மருந்தை உபயோகிக்கும் மருத்துவரும் தனித்தனி மனிதராவார்கள். மேல்நாட்டு மருத்துவரும், அந்த முறையைக் கற்றறிந்த இந்திய மருத்துவர்களும் மேல்நாட்டு மருந்துகள் செய்யும் முறைகளை அனுபவ வாயிலாய் அறியாதவராவார்கள். ஆனால், படிப்பின் மூலமாய் ஒருவாறு அறிந்திருக்கலாம். அனுபவத்திற்கும் படிப்பிற்கும் வித்தியாசமிருக்கின்றது. மற்ற தேசத்து மருந்துகளைப் போலவே மேல்நாட்டிலுங் குறித்த ஒரு வியாதியின் பொருட்டுச் செய்யப்படும் ஒவ்வொரு மருந்தும் காலாந்திரத்திற் பலிதமாகாமற்போவது அனுபவமாகும். மூலிகைகளின் தன்மையும், காரசாரமும் ஒருகாலத்திருப்பவைபோல மற்றொரு காலத்திருத்தல் அருமையாகும். அடிக்கடி பூசாரம் பேதப்படுமென்பதை ஒத்துக்கொள்ளவேண்டும். எந்த மருந்தை எவன் செய்பவனோ அவனே அந்த மருந்தை அடுத்தமுறை செய்யும்போது தவறு ஏற்படுவது சாதாரணமாகும். எந்த மருத்துவன் மூலமாய், எந்த மருந்தினால், எந்த மனிதன், எந்த நோயினின்றும் சுகமடைந்தானோ அவனே அந்த மருத்துவனாலும், அந்த

மருந்தாலும் மீண்டும் அந்த நோயினின்றும் சுகமடைதல் அருமை யாகும். இவ்விதமில்லாவிடில் மேல்நாட்டிலுங் கீழ்நாட்டிலும் மன்னர் மன்னர்களும், பிரபுக்களும், ராஜதந்திர நிபுணர்களும், யுத்ததந்திர வீரர்களும் நோயினுல் மரணமடையாரன்றே? அன்றியும் சிலவியாதி கள், முதிர்ந்த பின்னர், எந்த மருத்துவனுலும், எந்த மருந்தினுலும் நீங்குவது அருமையாகும். பல காரணங்களால் சுவாசம் மிதமிஞ்சி வெளிப்பட்டுப்போன ஒருவனை எந்த வைத்திய முறைதான் காப் பாற்றும்? நமது யோகநூல் இதற்கு அத்தாட்சியாகுமல்லவா? புதிது புதிதாய் உண்டாகும் நோய்களுக்கு அந்த அந்தத் தேசங்களின் வெப்பதட்ப வேற்றுமை முதலியவற்றிற்குத் தக்கவாறு புதிது புதி தாய் மருந்து பொருள் கண்டுபிடித்தலும் அவற்றுல் மருந்துகள் செய்தலும் வழக்கமாகும். அத்தகைய மருந்துகளும் எல்லாத் தேசத்தினருக்கும் ஒரே விதமான பலன் கொடுப்பனவாய்க் காணப் படவில்லை. சில நோய்களின் தோற்றமும், அதற்கு முதற்காரணங் களைப் பற்றிய அபிப்பிராயங்களும் எத்தேசத்திலும் அடிக்கடி மாறிக்கொண்டு வருகின்றன. நாட்டில் ஒரு வியாதி வளர்வதும் குறைவதும் தேசத்தின் சீதோஷ்ணத்தையும் ஜனங்களின் தேக நிலை மையையும் பொருத்தனவாய்க் காணப்படுகின்றன. மருந்துகளா லேயே எல்லா நோய்களும் பரிகரிக்கப்படுமென்பதில்லை. மருந் தில்லாமலேயே பல வியாதிகள் பரிகரிக்கப்படுகின்றன. மருந்து செய்பாகம் வெவ்வேருய்க் காணப்படினும் மேல்நாட்டு மருந்து களிற் பலவற்றிற்கும் கீழ் நாட்டு மருந்துகளில் பலவற்றிற்கும் மூலச் சரக்குகளில் வேற்றுமையில்லை. மூலிகைகளின் குணகுணங்களில் எத்தேச மருத்துவ நிபுணர்களும் பேதப்படுவதில்லை. எத்தேசத்து வைத்தியமும், எத்தேசத்து ஔஷதங்களும் இதுவரை ஒரு நிச்சய மான முடிவிற்கு வரவில்லை. இனிவருமென்பதும் எளிதிலில்லை. இந்தி யாவில் அரசப் பிரதிநிதியாயிருந்த ஆர்டிஞ்சி பிரபு, எந்த வைத் திய முறையும் பூரணமடையவில்லையென்று பொருள்படுமாறு ஓர் உபந்நியாசத்தில் விளக்கி யிருக்கின்றுர். அது மறுக்கப்படுவ தாகுமோ?

அன்றியும் ஜனங்கள் எந்தப் பூசாரத்தில் பிறந்து வளர்ந்தார் களோ அந்தப் பூசாரத்தில் விளைந்த மூலிகைகளும் மற்றப்பொருள் களுமே உடம்பில் கலந்து எளிதில் நோய்களை நீக்குமல்லவா?

தற்கால நாகரிக வாழ்க்கையில் ஆங்கிலம் படித்தவர்களிலும் படியாதவர்களினும் பலர் நம் நாட்டு வைத்தியத்தை அவமதிக்கின்றார்கள். சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி என்றாலும், இரச, கெந்தக, பாஷாணம் என்றாலும் கேவலமாகக் கருதுகின்றார்கள். பரம்பரையாய் மருத்துவ ஞானமுள்ள நாட்டு மருத்துவர் சிலர் ஆங்கிலம் படியாமலும் நடை உடை பாவனைகளை காலத்திற்குத் தக்கபடி மாற்றிக்கொள்ளாமலு மிருப்பதால் அவ்வகை மருத்துவர்களைப் பார்க்கவும், அவர்களிடம் மருந்து வாங்கி அருந்தவும் மேற்கண்ட நாகரிகக்காரர்கள் விரும்புவதில்லை. அது தங்கள் கல்வி அறிவுக்கும் அந்தஸ்துக்கும் குறைவென்று கருதுகின்றார்கள். ஆங்கில வைத்தியம் படித்து ஆங்கில உடை நடை பாவனையோடு உயர்ந்த வாகனங்களில் வரும் மருத்துவர்களையே நம்பி அவர்களிடம் மருந்து சாப்பிடுவதும், அவர்கள் தங்கள் வீடுகளுக்குவந்து போவதுமே பெருமை என நினைக்கிறார்கள். ஆனால், இப்படி நினைப்பவர்களின் பிதாவும், பாட்டனும் நீண்டநாள் நோயில்லாமல் வாழ்ந்தார்களே அதற்குக் காரணம் என்ன? அப்பெரியோர்கள் பிறக்கும் தருணமுதல் எந்த மருத்துவச்சி அருகிலிருந்து மருத்துவம் செய்து மருந்து கொடுத்தாள். எந்த மருத்துவரிடம் அவர்கள் காலமெல்லாம் உடம்பையும் உயிரையும் ஒப்புவித்திருந்தார்கள் என்பதை இக்காலத்திய கனவான்கள் நினைத்துப்பார்க்க நேரமில்லை. சில பிரபுக்கள் தாங்கள் நாட்டு வைத்தியனிடம் வைத்தியம் செய்துகொள்வதில்லை. அவர்களிடம் நான் ஒருவேளை மருந்துகூட சாப்பிடுவதில்லை எனப் பெருமை பேசுகின்றார்கள். இதேபோல் தமது வீடுகளுக்கு நாட்டு மருத்துவச்சிகளை அழைப்பதில்லை; ஆசுபத்திரி மருத்துவச்சியைத்தான் அழைப்பது வழக்கம் எனவும் கூறுகின்றார்கள். நாட்டு மருத்துவர்களிடம் சில குறைவுகள் இருப்பினும், அவர்களிடம் பரம்பரையாய் வந்த அநுபவ வைத்திய ஞானம் மிகுதியாய் இருக்கின்றது. அது இக்காலத்தில் படித்த ஆங்கில வைத்தியர்களிடமும் காணவியலாது. மேல்நாட்டு நாகரீகமும் வைத்தியமும் நமது நாட்டில் பரவி சுமார் நூறு வருஷங்கள்தான் ஆகிறது. அதற்கு முன்னர் நமது ஜனங்களின் தேகநிலை, ஆயுள்நிலை எப்படி இருந்தது? மேல் நாட்டு வைத்திய முறைகளையும், மேல் நாட்டார் உடை நடை பாவனைகளையும், உணவு குடிவகைகளையும் நாம் ஏற்றபின்னர் நமது தேக

பலம், ஆயுள், நமது குழந்தைகளுடைய நிலைமை, நமது பெண்கள் தேக நிலைமை, பெண்கள் கரு உயிர்க்கும் காலத்தில் அவர்கள் படும் பாடு இவைகளைக் கவனிப்பவர்களுக்கு விளங்காமற் போகாது. ஆனால் ஆங்கில ஆட்சியாலும் ஆங்கிலக் கல்வியாலும் நாம் அடைந்துள்ள வேறு பல நன்மைகளை நாம் என்றும் இல்லையென்று கூற முடியாது. ஆங்கிலேயர்கள் நமது மருத்துவ முறைகளைக் கூடாதெனச் சொல்லவில்லை. இன்னும் இந்தியாவில் உண்டாகும் பல மூலிகைப் பொருள்களே மேல்நாடுகளுக்குச் சென்று இங்கிலீஷ் பெயர்களால் பொடிகளாகவும், நீராகவும், உருண்டைகளாகவும் மாற்றுருக்கொண்டு இங்கிலீஷ் மருந்தென்று நமது நாட்டில் வருகிறதென்பதை உணரவேண்டும். அதன் விவரத்தை மற்றொரு முறை கூறுவோம். மேல்நாட்டாரிடமுள்ள நல்லவைகளை எல்லாம் நாம் கைக்கொள்ள வேண்டும். வெப்பமான நமது நாட்டுக்கொவ்வாத தீயவைகளை எல்லாம் நாம் கைக்கொள்ளாமல் தள்ளவேண்டும். நமது முன்னோர்கள் நீண்டநாள் தேகபலத்தோடு நோயின்றி வாழ்ந்ததற்குரிய மருத்துவமுறைகளை நாம் கேவலப்படுத்தி தற்காலவீணான இடம்பக் காரியங்களிலேயே நம் கவனம் இழுக்கப்பட்டு அதனால் நம்மவர்கள் நோயாளர்களாகவும் பலவீனர்களாகவும் அற்ப ஆயுளில் அழிந்து போகிறவர்களாகவும் ஆனோமென்பதை நாம் ஒப்புக்கொள்ளாமல் இருக்கவியலாது. தற்காலம் புதிய புதிய நோய்களும் நமது ஜனங்களைப் பீடிக்கிறதென்பதையும் மறுக்க வியலாது. ஆனால், இதனால் நான் மேல்நாட்டு மருத்துவ முறையை முற்றும் கண்டிப்பதாகக் கருதக்கூடாது. அதில் நமது உடம்புக்கு பொருந்தக் கூடியவைகளைமட்டும் நாம் எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். நமது முன்னோர்களுடைய உயர்ந்த அனுபவ முறைகளை நாம் அடியோடு இழந்துவிடாமல் போனதுபோக, எஞ்சி நிற்கும் சில மருத்துவ வித்தைகளையாவது காத்து வளர்க்கவேண்டும். கிராமங்களிலும் நகரங்களிலும் உள்ள பரம்பரை மருத்துவர்களை ஆதரித்தல் வேண்டும். அவர்களுடைய கல்வியையும் உடைநடை பாவனைகளையும் கவனியாது அவர்களிடமுள்ள மருத்துவத்தொழிலை வளர்த்து அதன் பயனைப் பொதுஜனங்கள் பண்டைய காலம்போல் அடையும்படி செய்தல் வேண்டுமெனப் பொதுஜனங்களைப் பணிவோடு கேட்டுக்கொள்ளுகின்றேன்.

S. பொன்னுசாமிப் பிள்ளை,
சித்தவைத்தியர், கும்பகோணம்.

அயம் அல்லது இரும்பு

அயத்தின் இயற்கைக் குணம்

உலோகங்களில் இரும்பே மிகுதியாகக் கிடைப்பதும், மிகுதியாகப் பரவுவதும், மிகப் பயன்படுவதுமா யிருக்கின்றது. இரும்பில்லாமல் எந்தக் காரியமும் செய்ய இயலாது. இதனை உலோக அரசன் எனக் கூறலாம். மேற்கு ஆப்பிரிக்காவில் ஈஜிப்தில் இயற்கையான தனி இரும்பு மிக உண்டு. இந்தியாவில் சேலம் ஜில்லாவில் இரும்புச் சுரங்கங்கள் இருக்கின்றன. இந்தியாவில் இன்னும் பல இடங்களில் கருமண்ணிலிருந்தும், கற்களிலிருந்தும் இரும்பு எடுக்கப்படுகின்றது. முள்ளந்தண்டை யுடைய பிராணிகளின் இரத்தத்தில் இரும்பு மிகுதியாகச் சேர்ந்திருக்கின்றது. சில செடிகளிலும் இரும்பு இருக்கின்றது. இது பிராணிகளுக்கும், தாவரங்களுக்கும் கெடுதி செய்யாத பிராணவாயுவுடன் கலந்திருக்கின்றது. இஃது இயற்கைப் பொருளாக இருந்தும், பிராணவாயுவோடு கலந்திருப்பதுமன்றிக் கெந்தகத்துடனும் கலந்திருக்கின்றது. நிக்கல், கொபலம் என்ற புதிய உலோகங்களோடும், கல்லோடும், மண்ணோடும் சிறிய அளவான வேறு உலோகங்களோடும் இரும்பு கலந்தி ருக்கும். இயற்கையான தனி இரும்பு நிலத்தில் உண்டாவது மிக அரிது. இரும்பு பிளாட்டினம் என்னும் உலோகமுள்ள கல்லிலும் சேர்ந்திருக்கிறது.

இரும்பு களிம்பு மணமும், சிறு துவர்ப்பும், புளிப்பும் கலந்த சுவையுமுடையது. இரும்பில் ஈரக் காற்றுப் பட்டால் துருப்பிடிக்கும். காந்தம் இரும்பை இழுத்துக்கொள்ளும். கடுக்காய், மாசக்காய் முதலியவைகளின் ஊறல் நீர்க் கியாழங்களில் இரும்பைச்சேர்த்துக் காய்ச்சினல் அது கருநிறமாகும். இதனல் துணிகளுக்குக் கருமை நிறமேற்றுகின்றூர்கள்.

வான் இரும்புக் கற்கள்

சில இடங்களில், நல்ல இரும்பு கல்லாக நிலத்திற் கிடக்கும். இந்த இரும்பு வான்கற்கள் நிலத்திலுள்ள மற்றெந்தப் பொருளுக்கும் வேறாக இருப்பதால் அவைகள் வானிலிருந்து நிலத்தில் விழுவதை யாரும் காணாதிருந்தும் அவைகளை வான் இரும்பு என்று நிச்சயிக்கின்றனர். இவைகளில் 30000 இராத்தல் 40000 இராத்தல் நிறையுள்ளதாக ஒவ்வொரு வான் இரும்பு இருப்பதாகவும் தெரிகின்றது. 1844-ஆம் ஆண்டில் தென் அமெரிக்காவில் இரண்டு முழ கனம் அளவான இரும்பு நெருப்புப்போல் விழக் கண்டார்களாம். 635 இராத்தல் எடையுள்ள ஒரு வான் இரும்புக்கல் 'ஏல்' கலாசாலையிலும், 252 இராத்தல் எடையுள்ள வான்கல் 'ஸ்மிக்சன்' சங்கத்திலும் உண்டு.

தூய்மையான தனி இரும்பு நீலங்கலந்த வெள்ளை நிறமாயிருக்கும். அதனைத் துலக்கினால் பளபளப்பாகவும் இருக்கும். தனி இரும்பு வாணிபத்தில் காணப்படுவதில்லை. நல்ல இரும்பிலும், கெந்தகம், பாஸ்பரஸ், கார்பன், சிலிசி இவைகள் கொஞ்சமாவது கலந்திருக்கும்.

இரும்பின் வகையும் இரும்பு எடுக்கும் வகையும்

இரும்பு கலந்த மண்ணிலிருந்து, இரும்பைப் பிரித்தெடுப்பதற்கு இரும்பு கலந்த மண்ணையும், சுக்காங்கல் என்னும் கற்சுண்ணும்பையும், கரியையும் சேர்த்து நெருப்பில் நன்றாய் உருக்கினால் இரும்பு உருகித் தூய்மையாகித் தனியே பிரிந்து விடும். இப்படிச் செய்வதற்கு இரும்பு எடுக்கும் இடத்திற்கு அருகில் சுக்கான் கல்லும், நிலக்கரியும் இருக்கவேண்டும்.

இரும்பைச் சிவக்கக் காய்ச்சித், தண்ணீரில் அதிகமுள்ள,"ஐட்ரோஜின்" என்னும் நீர்வளியை (ஜலவாயுவை) அதில் கலக்க விடுவதால் சிறிதும் கலப்பில்லாத நல்ல இரும்பை எடுக்கக்கூடும். இப்பொழுது மூன்று வகையான இரும்புகள் வழங்கி வருகின்றன. சுரங்கங்களில் எடுக்கின்ற இரும்புக் கற்களை உலையிலிட்டு உருக்குவதால் வரும் இரும்பு வார்ப்பு இரும்பென்றும், சீனச்சட்டி என்றும் சொல்லப்படும். இது மிக நொறுக்கலானதால் தகடாகத் தட்டி மடக்கவும், கம்பியாக இழுக்கவும் இயலாது. வியாபாரத்தில் இரண்டு வகை வார்ப்பு இரும்புகள் வரும். அவைகளில் நரை வார்ப்பு இரும்பைவிட வெள்ளை வார்ப்பு இரும்பு கடினமும், நொறுக்கலுமாய் எளிதில் உருக்கக் கூடியதும் கரிவாயுவை மிகுதியாக உடையதுமாகும். நரைவார்ப்பிரும்பு இராவவும், துளைக்கவும் கூடியது. வெள்ளை வார்ப்பிரும்பில் அஃது இயலாது. நரைவார்ப்பு இரும்பு வேண்டிய தளவாடங்கள் வார்ப்பதற்கும், வெள்ளை இரும்பு கம்பிச்சிலாகைகள் தட்டுவதற்கும், எஃகு (உருக்கு)ச் செய்வதற்கும் உபயோகமாகும். வார்ப்பு இரும்பிலேயுள்ள கரிவாயு முதலிய குற்றங்களை நீக்குவதால், தட்டிரும்பு செய்யப்படும். இதைத் தேனிரும்பு என்றும், மருக்கிரும்பு என்றும் சொல்வதுண்டு. இது கடுஞ்சூடாகிய வெண்ணிறச் சூட்டில், ஒன்றோடொன்று ஒட்டவும், விரும்பிய வடிவமாகத் தட்டவும் கூடும். நூறுபங்கு வார்ப்பிரும்பில் 85 பங்கு தட்டிரும்பு எடுக்கலாம். எஃகு அல்லது உருக்கு என்பது இரும்பும், கரி வாயுவும் ஒன்றாகச் சேர்வதால் உண்டாகும் கலவைப் பொருள். எஃகு உருகும் சூட்டைவிட வார்ப்பிரும்பு உருகக் குறைந்த சூடும், தட்டிரும்பு உருக அதிக சூடும் வேண்டும். இதைச் சிவக்கக் காய்ச்சித் தண்ணீரில் நனைக்க இஃது உடனே கெட்டியானதற்கு அடையாளமான வெள்ளை நிறம் கொள்ளும். இதைத் திரும்பக் காய்ச்சி மெதுவாக ஆறவிட்டால், இரும்பைப்போல் நயமாகும்.

இப்படி எஃகுவை வேண்டியபடி கடினமாகவும், நயமாகவும் செய்து கொள்ளலாம். எஃகு நன்ருகக் காய்ந்து உருகும் தருணத்தில் நமக்கு வேண்டிய ஆயுதங்களாகச் செய்து உருவாக்கிக்கொண்டு, பிறகு கடினமாக்க அவ்வாயுதங்களைச் சிவக்கக் காய்ச்சித் தண்ணீரில் நனைப்பார்கள். இப்படிச் செய்வதற்குத் துவைச்சல் என்று சொல்வதுண்டு. இப்படித் தங்கள் ஆயுதங்களுக்கு வேண்டிய வன்மை மென்மைக்குத் தக்கபடி, தீயில் காய்ச்சி நீரில் தோய்த்துப் பக்குவப்படுத்திக் கொள்ளுவார்கள். இப்படிச் செய்த ஆயுதங்களில் தோன்றும் நிறங்களினுல், வன்மை, மென்மை (கடினம், நயம்) என்பதைத் தெரிந்து கொள்ளுவார்கள். எஃகு உடையக் கூடியது. இதனுல் கண்ணுடியையும் கீறலாம்.

சிந்தூரம் செய்ய அய சுத்தி

அய சுத்தியில் பலவகை உண்டு. அதில் தமிழ் வைத்தியர்களால் செய்யப்படும் முறைகளுள் சிலவற்றை இங்குக் குறிப்பிடுவோம். முன் சொன்ன நயமான தட்டிரும்புத் தகட்டையாவது, பழைய குதிரை இலாடத்தையாவது, எஃகு இரும்பையாவது வேண்டிய அளவு தூளாக அரத்தினுல் இராவி அதனைத் தண்ணீரில் கழுவி வெயிலில் உலர்த்திக்கொண்டு பழச் சாற்றிலாவது, காடியிலாவது மூன்று நாள் ஊறவைத்துப் பிசைந்து, நல்ல தண்ணீரில் கழுவி வெயிலிற் காயவைத்தால் அயம் சுத்தியாகும்.

இதனைச் சிந்தூரமாகவும், நீருகவும் (பஸ்பமாகவும்) செய்யும் கை முறைகள் பல உண்டு. மருத்துவ நூல்களிற் பல முறைகள் காணலாம். இவைகளில் அனுபவத்திற்கு வந்தனவும், எல்லோராலும் எளிதாகவும் விரைவாகவும் செய்யக்கூடியனவுமான சில முறைகளைப் பின்னர் எழுதுவோம்.

இரும்பு மருந்துகளும், அதன் செயல்களும்

இரும்பு அரப்பொடியை ஊறவைத்து, சுத்திசெய்து சிந்தூரம் அல்லது நீறு (பஸ்பம்) செய்வார்கள். இரும்பிலிருந்து அன்னபேதி முதல் அநேக வித உப்புகளெடுக்கப்படுகின்றன. அயம் சேர்ந்த மருந்துகளைச் சாப்பிடுகிறவர்கள் கீழ் குறிக்கும் விஷயங்களை அறிய வேண்டும். குற்றமற்ற இரும்பாலான மருந்துகளை அருந்துவதால் ஒரு கெடுதியும் உண்டாகாது. அயம் சேர்ந்த மருந்துகள் வயிற்றில் செமித்து(ஜீரணமாகி)இரத்தத்தில்கலந்து அதிலிருக்கும் சிவப்பு அணுக்களை அதிகப்படுத்திச்சிவந்தநிறத்தையும் அதிகப்படுத்தும். இரத்தத்திலுள்ள சிவப்பு அணுக்கள் குறைந்து, வெள்ளை அணுக்கள் மிகுதியான காலத்தில் உடல் வெளுப்பும், பலக் குறைவும், பாண்டு சோகை முதலிய நோய்களும் ஏற்படுகின்றன. ஆதலால், அந்நோயாளர்களின் இரத்தத்தில் இருக்கவேண்டிய அயத்தின் தன்மையுள்ள சிவந்த அணுக்கள் இல்லை

என்பதை அறிந்து கொள்ளுகின்றோம். அக்காலத்தில் அயம் சேர்ந்த மருந்துகளை நோயாளிகள் அருந்தி, நல்ல நிலை அடைவதைக் காண்கின்றோம். ஆனால், நோயாளிகள் உட்கொள்ளும் இரும்பு முழுவதும் உடம்பில் சேருவதில்லை. அயம் அருந்துபவர்கள் மலம் கருநிறமாகக் கழிவதால், மலத்துடன் அயம் வெளிப்படுவதைக் காணலாம். சிறு நீரிலும் (மூத்திரத்திலும்), அயம் அருந்துகிற பெண்களின் முலைப் பாலிலும் அயத்தைக் காணலாம்.

அயம் சாப்பிடுகிறவர்களுக்குச் சீரண சக்தியும் பசியும் மிகுதிப்படும்; நாடிநடை விரைவாகும். அயம் உடல் வன்மையை உண்டாக்கும்; உடலின் வெளி உறுப்புக்களில் கண், உதடு முதலியவைகளில் ஏற்பட்டுள்ள, வெள்ளை நிறத்தை நீக்கிச் சிவந்த நிறத்தை உண்டாக்கும். அயத்தைச் சாப்பிடுங் காலத்தில், பத்துப்பதினைந்து நாளைக்கொருதரம் விட்டுவிட்டுச்சாப்பிடுவது நல்லது. அயத்தை நெடுநாள் விடாமல் சாப்பிட்டால் ஆண்களுக்கு விதையும் (பீஜமும்) பெண்களுக்குப் பால் முலையும் சிறுத்துப் போவதுண்டு. இதனால் சிலர் இளமையில் அயம் அருந்தக் கூடாதென்பார்கள். அயம் சாப்பிடும் போது நடுவில் மலக் கழிவிற்குச் சாப்பிடுவது நலம். அயத்தைச் சிந்தூரமாகவும், மண்டூரமாகவும் பலவித உப்புகளாகவும், நீர்(திராவகம்)களாகவும் செய்து நோய்களுக்குத் தக்கபடி கொடுக்கப்பட்டு வருகின்றது. பொதுவாக உடம்பில் இரத்தம் மிகுதியாக உடையவர்களுக்கு அயம் வேண்டியதில்லை. அயமருந்து மிகுதியாய் வயிற்றிலிருந்து கெடுதி விளைந்தால், கடுக்காய்க் குடிநீர் (கஷாயம்) கலந்த ஆமணக்கு நெய், அல்லது குரோசானி ஓமம் கொடுப்பது நல்லது. ஆகாரம் அருந்திய பின்னர் அய மருந்துகளைச் சாப்பிட வேண்டும். அயம் சாப்பிடும்போது ஊன் (இறைச்சி) வகைகளையும், மிகப்புளிப்புள்ள பொருள்களையும், புளிப்பான பழ வகைகளையும் விலக்குவது நல்லது.

இரத்தத்தில் அயம் வேண்டிய வரையில் கலந்தபிறகு, அயத்தை நிறுத்திவிட வேண்டும். அயம் உடம்பில் அளவுக்கு மிகுதியானால், உடம்பின் நிலைமை மாறி ஜீரண சக்தி குறைந்து உடல் பருமனாகும். அய மருந்துகள் செய்யக் கடைகளில் விற்கும் அயப் பொடியை வாங்கக் கூடாது. அதில் உருக்கு இரும்பாகிய தண்டவாளப் பொடியே அதிகம் இருக்கும். சில சமயங்களில் பித்தளைப் பொடியும், மண்ணும் கலந்திருக்கும். ஆதலால், நயமான தட்டிரும்பு, எஃகு இவைகளின் பொடியைக் காந்தத்தினால் ஒற்றி எடுத்துத் தண்ணீரில் நன்றாகக் கழுவிப் பிறகு மருந்துகளுக்கு உபயோகிப்பதே நல்லது. சிலர் தேய்ந்து கழன்றுவிழுந்த குதிரை இலாடங்களைச் சிந்தூரங்களுக்கு உபயோகிக்கின்றார்கள்.

உணவும் உடல் வலிவும்

வாலாஜாபாத் இந்துமத பாடசாலையில் பண்டித எஸ். எஸ். ஆனந்தம் அவர்கள் செய்த உபந்நியாசம்:—

சகோதரர்களே, தற்காலம் நமது நாட்டிலுள்ள மக்கள் சுயமரியாதை அடைய வேண்டும், சுயராஜ்ஜியம் பெறவேண்டுமென்னும் ஆவலுள்ளவர்களாயிருப்பது எல்லோரும் அறிந்த விஷயம். இந்தியா தன்னரசு நாடாகாமல், அடிமை நாடாக இருப்பதற்கு வேறு பல காரணங்கள் இருப்பினும் இந்தியர் உடல் வன்மை இல்லாமலிருப்பதே முதற் காரணமாகும். நம்மை ஆளுவோர் நம்மிலும் தேக பலத்தோடு இருக்கின்றார்களென்பதை அறியவேண்டும். நாம் இதனை நன்றாக அறியாமலிருக்கின்றோம். அந்நியர் இதனை நன்றாக அறிந்திருக்கின்றார்கள். சிலர் நமக்கு ஆயுத பலமில்லை, ஒற்றுமை இல்லை, அதனால் நாம் சுயாட்சி அடையஇயலாமலிருக்கிறோம்எனக் கூறலாம்; ஆயுதபலம், ஒற்றுமைமுதலியன இருந்தாலும் தேகபலந்தான் முன்னிருக்க வேண்டும். தேகசக்திக்குப் பின்தான் மற்ற சக்திகளெல்லாம். எந்தக் காலத்திலும் பலவானே இராஜா என்பதை நாம் மறக்கக் கூடாது. வேற்று நாட்டார் நம்மைப் பார்த்தவுடனே நாம் வலிமையற்றவர்கள்; நம்மால் ஒன்றும் செய்ய இயலாதென்று தீர்மானித்து மனித வகுப்பில் நம்மைச் சேர்க்காமல் நடத்துகின்றார்கள். ஆதலால், முதலில் நாம் உடம்பால் பலவான்களாக வேண்டும். தெய்வமாகப் பலர் கொண்டாடப்படும் இராமனிடம் உடல்வன்மை சிறந்திருந்ததெனத் தெரிகிறது. இதனைக் கம்பராமாயணத்தில்,

'நாடியபொருள் கைகூடும் ஞானமும் புகழும் உண்டாம்
வீடியல் வழியதாகும் வேரியங் கமலை நோக்கும்
நீடிய அரக்கர் சேனை நீறுபட் டழிய வாகை
சூடிய சிலையிராமன் தோள்வலி கூறு வோர்க்கே.'

என, இராமனுடைய புயபலத்தையே சிறந்ததாகக் கம்பர் எடுத்துக் கூறுகிறார். மிதிலையில் எவராலும் வளைக்க வியலாத பெரியவில்லை வளைத்தொடித்துச் சீதையைமணமுடித்ததும், துஷ்டர்களைவதைத்ததும் இராமனுடைய உடல் வன்மையையே காட்டும். அர்ச்சுனனும், வீமனும் அப்படியேயாவர். தோள்வலி யுள்ளவர்களிடம் வாள் வலியுண்டு. வல்லவனுக்குப் புல்லும் ஆயுதம். உடல்வன்மை யுள்ளவர்களிடம் உயிர் வன்மையுண்டு. இதனையே பெருந்தவப் பெரியாராகிய திருமூல நாயனார் தமது திருமந்திரமாகிய ஆகமத்தில்,

உடம்பால் அழிவர் உயிரால் அழிவர்
திடம்பட மெய்ஞ்ஞானம் சேரவுமாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தபின்
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர்வளர்த்தேனே.

எனக் கூறினர். ஆதலால் இம்மை மறுமைப் பயன்களை அடைவதற்கு நோயின்றி உடம்பை வளர்த்து ஒவ்வொருவரும் தேகபலம் உடையவர்களாக வேண்டியது இன்றியமையாததாகும். நம் உடம்பு, தாயின் வயிற்றில் 10 மாதம் இருந்து உருவாகும்போதும், வெளியேவந்து 10 மாதம் தாயினிடம் பால் அருந்தும்போதும், தாய் உண்ட உணவின் சாரத்தால் வளர்ந்தது. பின்னர் நாம் உண்டுவரும் உணவினுல் வளர்ந்து வருகின்றது. உடம்பென்பது அவரவர் உட்கொள்ளும் பஞ்சபூத காரியமாகிய உணவுப் பொருள்களின் மறு உருவமேயாகும். ஆதலால் உடலுக்குப் பொருந்தும் உணவுகளைத் தெரிந்துண்ணுவதே அறிவுடைமையாகும். நாள்தோறும் நாம் உண்ணும் உணவிலுள்ள ஜீவசக்தியை அழிக்காமல் அப்பொருள்களிலுள்ள சத்தைக் கழிக்காமல் நாம் உண்ணப் பழகுதல்வேண்டும். இந்தியாவுக்கு வெளியேஉள்ளவர்கள்உடல்வன்மை உடையவர்களா யிருப்பதற்கும்,இந்தியாவின் தென்பாகத்திலுள்ள வரினும் வட பாலுள்ளவர்கள் பலவான்களாகக் காணப்படுவதற்கும் அவர்கள் நாள்தோறும் உண்ணும் உணவும்,அவ்வுணவைச் சமையல்செய்யும்பாகமுமேகாரணமாகும். வடநாட்டார்களும் அயல் நாட்டார்களும் பெரும்பகுதி கோதுமையையும், இதரப் பொருள்களையும், ஊன் வகைகளையும் உணவாகக் கொள்ளுகின்றார்கள். தென் இந்தியர் கோதுமையினும் சத்துக்குறைவாகிய நெல்லையே சாப்பிடுகிறார்கள். நெல்லை முதல்தடவை வேகவைத்துலர்த்திப் பின்னர்க் குற்றி உமி நீக்கி உமிநீங்கின அரிசியைப் பின்னும்குற்றித் தீட்டி அதிலுள்ளதவிட்டைமுற்றும் போக்கிவிடுகின்றார்கள். இவர்கள் அரிசி வெண்மையாயும் மழமழப்பாயும் இருப்பதைத்தான் கவனிக்கின்றார்கள்.அதன் பின் அரிசியைத்தேய்த்துத் தேய்த்துப் பன்முறை கழுவிக் கொஞ்சமிருக்கும் தவிட்டையும் அறவே போக்குகின்றார்கள். அதன்பின்னர்ச் சோறாக்குவதற்கு மிகுதியான நீரில் அரிசியை வேகவைத்து அரிசியின் சத்தாகிய அன்னப்பாலை அறவேவடித்துக் கொட்டிவிட்டு கடைசியாய் அரிசியின் சக்கையாகிய சோற்றை உண்கின்றார்கள். காப்பி தேயிலைகளையும், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, நன்னாரிவேர், கடுக்காய் முதலிய மருந்து பொருள்களையும் மட்டும் வேண்டியபோது காய்ச்சிச் சத்தாகிய கியாழத்தை எடுத்துக்கொண்டு சக்கையை உபயோகிக்காமல் விலக்கி விடுகின்றார்கள். ஆனல் நாள்தோறும் உண்ணும் உணவிலுள்ள சத்தை முற்றும் ஒழித்துச் சக்கையையே அருந்துவது மிக வருந்தத்தக்கதாகும். தலையணைக்கு துணிப்பையில் இலவம் பஞ்சை நிறைய அடைப்பதுபோல் நமது வயிற்றில் இந்த அரிசிச் சக்கையை நாள்தோறும் நிறைய அடைப்பதால் பயனில்லை. முதலில் வெடித்து நன்றாய்ச் சோறுபோல் வேகும்வரையில் நெல்லை வேகவைத்தல் கூடாது. பச்சை நெல்லை உமியைமட்டும் போக்கி மிகுதியாகத் தீட்டாமல், தேய்த்துக் கழுவாமல் ஆண்டுகள்தோறும் சங்கராந்தி என்னும் பொங்கல் புது நாட்களிலும்,

கோயில்களில் நைவேத்தியத்திற்கும் சோற்றிலிருந்து கஞ்சியை வடிக்காமல் தண்ணீரைத் திட்டமாகவைத்துப் பொங்கிக்கொள்வதைப்போல் நாள்தோறும் நாம் சமையல் செய்து கொள்ள வேண்டும். நெல்லோடு ஒரு வேளையாவது கோதுமை, கேழ்வரகு, சோளம், கம்பு, முதலிய தானியங்களில் ஏதாவதொன்றையும் அருந்த வேண்டும். அப்படியே காய்கள், கிழங்குகள், கீரைகள், பூக்கள், துவரை, கடலை, மொச்சை, பயறு, உளுந்து முதலியவைகளைச் சமையல் செய்யும்போதும், அப்பொருள்களோடு தண்ணீரை மிகுதியாகச் சேர்த்து வேகவைத்த நீரை வீணுகக் கீழே வடித்து விடாமல் அப்பொருள்களோடு வெந்தநீர் அப்பதார்த்தங்களிலேயே சுவரும்படி அளவாகத் தண்ணீர் வைத்துக்கொள்ளல் வேண்டும். குழம்பு, மிளகுநீர் முதலியவற்றையும் கறிவகைகளில் உப்பு, புளி, மிளகாய், முதலிய அறு சுவைப் பொருள்களேயும் மணப் பொருள்களேயும் (வாசனைத் திரவியங்கள்) குறைத்தல் வேண்டும். சில நோயாளிகட்கு மட்டும் விரைவில் செமிப்பதற்காகப் புழுங்கலரிசியைச் சமையல் செய்துகொள்ளலாம்.

நெல்லைக்குற்றி உமி நீக்கின பின்னர் அரிசியின் மேல் செந்நிறமாயுள்ள மெல்லிய தோலில் சுவையும், கொழுமையுமுள்ள சத்து மிகுதியாயிருப்பதை அறியாமல் அந்தத்தோலை, தீட்டிப்பிரித்தெடுத்த தவிட்டையும், சமையல் செய்யும்போது அரிசியைப் பன்முறை கழுவுவதால் அரிசியின் மேல் புறத்துத் தவிட்டோடு கூடிய நல்ல சத்து கலந்த கழிநீரையும், பின்னர் நீரை மிகுதியாக அரிசியுடன் சேர்த்து வேக வைப்பதால் உண்டாகும் சோற்றுச் சத்தாகிய வடிகஞ்சியையும் மாட்டுக்கு உணவாகக் கொடுக்கின்றோம். ஆதலால் நாம் அரிசியிலிருந்து நேரே அடைய வேண்டிய கொழுமையையும் வன்மையையும் மாடுகள் அடைகின்றன. பின்னர் அப்பசுக்களின் கன்றுகளுக்குத் துரோகம் செய்து அப்பசுக்களின் பால் வழியே நாம் அரிசியின் சத்தை அடைகின்றோம். ஆதலால் அன்பர்களே, அரிசியிலுள்ள சத்தையும் மற்ற உணவுப் பொருள்களின் சத்துக்களேயும் கெடுக்காமல் பாகம் செய்து நாம் உண்ணும் உணவுகளே அமைதியாக நன்றாகப் பற்களினுல் நொறுங்கமென்று உண்ணல் வேண்டும். இவ்விதம் கொஞ்சம் புசித்தாலும் நல்ல உடல் பலத்தை அடையலாம்; நோயின்றி நெடுநாள் வாழலாம். அப்படிச் செய்யாமல் வழக்கம் என்னும் பேய்பிடித்த நம்மக்கள் பழைய வழக்கத்தையே இன்னம் கைவிடாதிருப்பார்களாஞல் அவர்கள் நோயாளர்களாகவும், வலிவற்றவர்களாகவும், அடிமைகளாகவுமே என்றும் இருந்து காலந்தள்ள வேண்டியவர்களாவர்.

மருந்து

மக்கள் யாவருங் கவலையற்றிருக்க விரும்புகின்றாராயினும் அதற்குத் தக்கபடி தம்மை பழக்கிக் கொள்ளுகின்றவர்கள் வெகு சிலரே. கவலையற்றிருக்க விரும்புகின்றவர்கள் தம்முடைய உடம்பையும் நெஞ்சத்தையுங் காப்பாற்றிக் கொள்ள வேண்டியவர்களாக விருக்கின்றார்கள். உடம்பிற்கும். நெஞ்சத்திற்கும் உறவு அதிகம். உடம்பு நோய் கண்டால் நெஞ்சம் வருந்துகின்றது. நெஞ்சம் வருந்தினால் உடம்பிளைப்பதும், நெஞ்சம் மகிழ்ந்தால் உடம்பு பருப்பதும் யாவரும் அறிந்ததே. பயம் உண்டானால் இதயந் துடிப்பதும் நரம்புகள் தளர்வதும் உடம்பு நடுங்குவதும் மல மூத்திரங்கள் வெளிப்படுவதும் இயல்பல்லவா? கோப முண்டானால் இரத்தம் கொதித்து கண்ணும் முகமும் சிவந்து வியர்வை யதிகரித்து உடம்பில் எரிச்சலுண்டாவதும் இயல்பல்லவா? கள் குடித்தலால் மனம் மாறுதலும் அதன் முறிவினால் மனம் தெளிவதும் பித்தம் அதிகரித்தால் மனம் தடுமாறலும் மருந்தால் அது தீர்தலும் உண்மையல்லவா? நண்பர்களே, இவைகளை யுற்றுநோக்கின் நெஞ்சு திடத்தால் தேகதிடமும் தேகதிடத்தால் நெஞ்சுதிடமும் அடையவேணடியதா யிருக்கிறதென்று நன்றாய் விளங்குகின்றது. சிலர் கொழுத்த உணவினால் உடம்பை சுகமாய் வைத்திருக்கலாமென்று நினைத்து உண்ணுகின்றார்கள். அவ்வுணவிற்குத் தக்கபடி உழைக்கின்றதில்லை. உழைப்பில்லையாகவே தூக்கம் பிடிக்கின்றதில்லை. தூக்கம் பிடிக்காததால் நெஞ்சம் மதுபானத்தையும், போகத்தையும் பெரிதும் விரும்புகின்றது. அதனால் தீயளவுகுறைந்து பசிகெடுகின்றது. உடம்பு மெலிகின்றது, நோய் உண்டாகின்றது. அதனால் உடம்போடிருப்பதே வெறுப்பாய்த்தோன்றி நெஞ்சம் தம்மை கவலைக்கு ஆளாக்கி விடுகின்றது. ஆதலால் நண்பர்களே உணவும் உழைப்பும் உறக்கமும் அளவாயிருக்க வேண்டியது. அவை தவறினால் வாதமுதலாய மூன்றும் தம்முள் மாறுபட நோயுண்டாம். இதனை திருவள்ளுவனார்,

'மிகினுங் குறையினும் நோய்செய்யும் நூலோர்
வளிமுதலா வெண்ணிய மூன்று'
"தீயள வின்றித் தெரியான் பெரிதுண்ணின்
நோயள வின்றிப் படும்."

என்ற குறள்களுள் விளக்கி யிருக்கின்றார். உடம்பின் தன்மைக்கும் காலத்தின் இயல்பிற்கும் தேசத்தின் சீதோஷ்ண நிலைமைக்கும் தக்கபடி மேற்சொன்ன உணவு, உழைப்பு, உறக்கம் ஆகிய இவைகளை ஒவ்வொருவரும் அளவுபடுத்திக்கொள்ள வேண்டியது. தேகத்திற்குரிய உணவின் தன்மைகளை அறிதற்கு மருத்துவ நூல்கள் நம் பெரியோர் பலவியற்றி யிருக்கின்றார்கள். அவைகளைக் கற்றறிந்து அவைகளின்படி நடக்க ஒவ்வொருவரும் முயல வேண்டும். அவர்கள்தான் கவலையற்றிருக்க முடியும். உடம்பிற்கு இன்றியமையாத உணவைத்தக்கபடி அறிந்து தேடுவதில் ஒவ்வொருவரும் ஊக்கமுடையவர்களா யிருக்கவேண்டும். அது பெரிதும் அருமையான காரியமென்று நினைக்கின்ற பலர் புகையிலைச் சுருட்டையும் பொடியையும், சாராய வகைகளையும், பரத்தையர் போகத்தையும் நாடி அருமையான உடம்பையும் சுகமான அறிவையும் அழியாத செல்வத்தையும் அழித்துக் கொள்ளுகின்றார்கள். நண்பர்களே, கணந்தோறும் புதிதாக ஒவ்வொன்றைக் கற்றுக்கொள்வதே கல்வி. கற்றபடி யொழுகி தம்மைக் கவலைக்கு இடமாக்கிக்கொள்ளாது காத்துக்கொள்ளுவதே மருந்து.

கா. சி. சிவசங்கரன்

மருத்துவப் பெரியாரில் ஒருவராகிய

சிறுத்தொண்டர் வரலாறு

முன்னுரை

இவ்வுலகில் நாம் வசிக்கும் நிலப்பகுதியாகிய இந்தியாவென்னும் பாரதகண்டமே மக்கள் வாழ்வதற்குரிய வெப்பதட்பங்களைச் சமமாகப் பெற்றுள்ளது. இந்நாட்டின் மூன்று பக்கங்களும் முத்து பவழம் முதலிய மணிகளைக்கொழிக்கும் கடலால் சூழப்பட்டுள்ளது. இதன் வடபாகமோ இமயம் என்றும் பெரிய பனி மலையை அரணாகப் பெற்றுமிளிர்வது. இதில் என்றும் வற்றாத நீரோட்டமுடைய பெரிய ஆறுகள் பல உண்டு. இதன் தென்பாகமே மக்கள் முதன் முதல் தோன்றின இடமென்று ஆராய்ச்சிக்காரர்கள் கூறுகின்றார்கள். மணி மலையையும், குமரி ஆற்றையும், பஃறுளி ஆற்றையும் கொண்ட பெரிய அந்நிலப்பகுதி ஓர் ஊழிக் காலத்தில் கடலில் மூழ்கிவிட்டது. அவ்வாறு மூழ்காது மிகுந்துள்ள பாகமே தமிழ் நாடாகும். இத்தமிழ் மக்களே உலகில் முதல் மக்களாவர். இவர்கள் பேசும் மொழியே முதல் மொழியாகும். இஃது அமிழ்தினுமினிய தமிழ்மொழி எனவும், உயர்தனிச் செம்மொழி எனவும் கூறப்படும். இப்போது உலகில் மக்கள் ஒழுகிவரும் சமயங்களெல்லாம், இத்தமிழ் மக்களிடத்திலிருந்து பரவியனவேயாகும். அன்பிலும் ஒழுக்கத்திலும்சிறந்து கடவுளைக்கண்ட பல பெரியோர்கள் தமிழ்நாட்டில்தான் முதன்முதல் தோன்றினார்கள். அவர்களில் சைவ சமய நெறியில் சிறந்தவர்கள் அறுபத்துமூன்று நாயன்மார்கள் ஆவார்கள். அவர்களில் கடவுளைக் காண வேண்டுமென்னும் கொள்கை நிறைவேறுதற் பொருட்டுத் துன்பத்தை யெல்லாம் இன்பமாய்க்கண்டு பக்தி வைராக்கியத்தால் செயற்கரிய செய்கையைச் செய்தவர் சிறுத்தொண்டப் பெருந்தகையாவார். இவரைப்பற்றி,

'வாளான் மகவரிந் தூட்டவல்லே னல்லன் மாதுசொன்ன
சூளால் இளமை துறக்க வல்லேனல்லன் தொண்டு செய்து
நாளாறில் கண்ணிடந்தப்ப வல்லேனல்லன் நானினிச்சென்று
ஆளாவதெப்படியோ திருக்காளத்தி அப்பருக்கே.'

என, மூற்றுந்துறந்த முனிவராகிய பட்டினத்தடிகளும் முதன்மையாய் வியந்தெடுத்துக் கூறுகின்றூர்.

இப் பெரியாருடைய கதையைப் பொதுவாகத் தமிழ் நாட்டில் கல்வி அறிவு சிறிதுமின்றி மிகத்தாழ்ந்த நிலைமையிலுள்ளவர்களும் கற்றறிந்த பெரியோர்களும் அறிவார்கள்.

ஆனல்,சிறுத்தொண்டருக்குள்ள தனிப்பெருமை என்னவென்பதை ப்பலர் அறியார். இவருடைய காலம் இன்னதென்பதையும், நடுவில்வந்த குலம் என்பதில் இவர் என்ன குலத்தினர் என்பதையும் பலர் அறியார். சைவசமய ஆசிரியர்களாகிய திருஞானசம்பந்தர், அப்பர் முதலிய பெரியோர்களின்காலத்தை அறிவதற்கும், அவர்கள் வரலாற்றை நிச்சயிப்பதற்கும் சிறுத்தொண்டர் வரலாறுதான் ஆதாரமாயிருக்கின்றது. இவர் சோழ மண்டிலத்தில் தமிழரசருக்கு அணுக்கராகவும், சேனாபதியாகவும் இருந்து வடநாட்டில் பாதாமி என்ற நகரை முற்றுகையிட்டு வெற்றிகொண்டு வந்ததைப்பற்றிப் பாதாமி நாட்டின் மலைக் குகையிலுள்ள கல்வெட்டு வெள்ளிடைமலைபோல் வெளிப்படுத்திவிட்டது. ஆதலால், சிறுத்தொண்டர் காலமும் அவர் காலத்திருந்த சம்பந்தர், அப்பர் முதலானவர்களுடைய காலங்களும் நிர்ணயம் செய்யப்பட்டுள்ளன. பண்டைக் காலத்தில் தமிழர்களுக்குள் குலவேற்றுமை இல்லை. நமது பெருமை எல்லாம் அழிந்து மிகச் சிறுமைப்பட்டு விலங்கினும் கேடான நிலையில் வாழ்வதற்குக் காரணமாய் நடுவில் தோன்றியது சாதி வேற்றுமை. இதனை அறிவுடையோர் சிலர் உடைத்துத் தகர்த்துக்கொண்டு வருகின்றூர்கள். ஆயினும், இன்னும் அக்கருத்து பாமரமக்களிடம் பரவிச் செயலில் வருவதற்கு, நமது தலைவர்களுக்கு அதிகாரமின்மையால் இயலவில்லை. ஆதலால், சாதி வேற்றுமை இல்லாத பெரியோர்களாகிய அறுபத்துமூன்று நாயன்மார்களுக்கும் நடுவில் வந்த சாதிகளைப் புகுத்திவிடப்பட்டிருக்கும் வரலாற்றில் பெரிய புராணத்தில் உள்ளபடி நமது சிறுத்தொண்டரை மருத்துவர், மாமாத்திரர் என்று கூறப்பட்டிருக்கின்றது. சிறுத்தொண்டர் மருத்துவர் என்பதை மருத்துவ வகுப்பினரில் பலரும் கற்றறிந்த பெரியோர்களில் சிலரும் அறிந்திருக்கிறூர்களே யன்றிப் பொது ஜனங்கள் அறியவில்லை. மருத்துவர்களிலும் பலர் தங்கள் மரபில் இத்தகைய பெரியார் ஒருவர் உண்டென்பதை அறியாத

வர்களா யிருக்கின்றார்கள். ஆதலால், மருத்துவர்களின் வரலாறு எழுதப் புகுந்த நாம், முதலில் சிறுத்தொண்டரின் வரலாற்றைச் சேக்கிழார் செய்த பெரிய புராணத்தையும், உமாபதி சிவாச்சாரியாரின் பெரியபுராண சாரத்தையும், ஜனங்கள் கர்ண பரம்பரையாய்ச் சொல்லிக்கொள்வதையும் கொண்டு இதில் சுருக்கமாக எழுதுகின்றோம். மருத்துவ குலப் பெரியோர்களின் வரலாறுகளை விரும்பிக் கேட்ட பல மருத்துவர்களுக்கும் இது வேண்டற்பாலதாகும். சிறுத்தொண்டர் வரலாறு முடிந்த பின்னர் மற்றப் பெரியோர்களின் வரலாற்றைக் குறித்தும் மருத்துவர்களின் உற்பத்தி அல்லது தோற்றம் என்பதுபற்றியும் நாம் ஆராய்ந்துள்ளதை வெளிப்படுத்த எண்ணியுள்ளோம். ஆதலால், அன்பர்கள் இதனை ஆதரிக்க முன் வருவார்களென நம்புகின்றோம்.

அறுபத்துமூன்று நாயன்மார்களில் ஒருவரான

மருத்துவப் பெரியார்

சிறுத்தொண்டர் வரலாறு

சைவசந்தானாசாரியர்களில் ஒருவரான உமாபதி சிவாச்சாரியார்

அருளிய

பெரிய புராணசாரம்

* பல்குமருத் துவரதிபர் செங்காட்டங் குடிவாழ்
    படைத்தலைவர் அமுதளிக்கும் பரஞ்சோதி யார்மெய்ச்
செல்வமிகு சிறுத்தொண்டர் காழி நாடன்
    திருவருள்சேர்ந் தவர்வளருஞ் சீராளன் றன்னை
நல்குதிரு வெண்காட்டு நங்கைசமைத் திடப்பின்
    நன்மதிச்சந் தனத்தாதி தலைக்கறிஇட் டுதவப்
புல்கவரும் வயிரவர்தா மகிழ்ந்து மகவருளப்
    போற்றியவர் சிவனருளே பொருந்தி னாரே.

சேக்கிழார் திருத்தொண்டர் புராணமாகிய

பெரிய புராணத்துள்

சிறுத்தொண்ட நாயனார் புராணம்

உருநாட்டுஞ் செயல்காமன் ஒழியவிழி பொழிசெந்தீ
வருநாட்டத் திருநுதலார் மகிழ்ந்தருளும் பதிவயலிற்
கருநாட்டக் கடைசியர்தங் களிகாட்டுங் காவேரித்
திருநாட்டு வளங்காட்டுஞ் செங்காட்டங் குடியாகும்.

நிலவியவத் திருப்பதியில் நெடுஞ்சடையார் நீற்றடைவால்
உலகில்வளர் உயிர்க்கெல்லாம் † உயர்காவற் றொழில்பூண்டு
மலர்புகழ் || மா மாத்திரர் தம் குலம்பெருக வந்துள்ளார்
பலர்புகழுந் திருநாமம் பரஞ்சோதி யாரென்பார்

---

* மருத்துவாதிபர் = வைத்திய குலத்தினருக்குத் தலைவர்

† உயர்காவற்றொழில் = உயிரைக் காப்பாற்றும் மருத்துவத்தொழில்

|| மாமாத்திரர் = மருத்துவர் அல்லது வைத்தியர்

பாலர் பரிபாலனம்

பிறப்பு

தாயின் கருப்பையிலிருந்து குழந்தையின் தலை வெளிப்பட்டவுடனே மருத்துவச்சி குழந்தையின் தலையைத் தாயின் உடலிற் படாமல் தாங்கி, முதலில் அதன் கழுத்தைப் பார்த்துக் கொப்பூழ்க் (தொப்புள்) கொடி சுற்றியிருந்தால் அது இறுகிச் சிசுவுக்குச் சேதம் நேராமல் அதனை மெதுவாய் எடுத்துவிட வேண்டும். பிறகு, குழந்தையின் உடல் வெளிவந்தவுடன் அதன் கால், கை அல்லது உடம்பில் கொடி சுற்றிச் சிக்குப்பட்டிருந்தால் அதனையும் மெல்ல எடுத்துவிட வேண்டும்.

குழந்தை பிறந்தவுடன் அழுதற்குக் காரணமும், அழவேண்டிய அவசியமும்:—சூடான தாய்வயிற்றில் தங்கியிருந்து வெளிப்பட்ட குழந்தையின் மேல் குளிர்காற்று வீசுகிறது. இக்காரணத்தாலே குழந்தை அழுகிறது. இப்படி அழுவது நல்லது. அழாவிடில் கெடுதி; ஏனெனில், குழந்தை கருப்பையிலிருக்கும்போது தாயின் இரத்தக் குழாய்க்கும் குழந்தையின் தொப்புள் கொடிக்கும் இரத்த ஓட்டமிருந்து அதனால் அக்குழந்தை வளர்கிறது. குழந்தை பிறந்து சுமார் எட்டு நிமிஷத்தில் அந்த இரத்த ஓட்டம் நின்றுவிடுகிறது. பிறகு, குழந்தையின் இரத்தம் சுத்தமடைய வேறுவழியில்லாமல் அது தானே சுவாசிக்கத் தொடங்குகிறது. அப்போது குழந்தை அழத்தொடங்கினால்தான் நுரையீரல் எனும் மூச்சுப்பை காற்றினால் நிரப்பப்பட்டு இரத்தம் சுத்தமாகும்.

ஆதலினாலேயே மருத்துவர்கள் குழந்தை பிறந்தவுடன் அழாவிடில் கெடுதி அல்லது நோய்க்குறி என்று சொல்லுவார்கள்.

குழந்தைக்கு மூச்சுப் போக்கு வரவு ஏற்பட்டு நன்றாய் அழுதபின் தொப்புள் கொடியை அறுக்கவேண்டும்.

தொப்புள் கோடியைத் துணிக்கவேண்டிய வகை:—குழந்தை பிறந்தவுடன் நன்றாய் அழுதாலும், சுமார் அரைநாழிகை அல்லது கால்மணி நேரம் தொப்புள் கொடியைத் தரிக்காமல் குழந்தைத் தாயின் அருகிலேயே இருக்கவேண்டும். தொப்புள் கொடியில் இர

த்த ஓட்டம் நின்ற பிறகுதான் அதைத் துண்டிக்கவேண்டும். குழந்தை பிறந்தவுடனேயே கொடியை யறுத்தால் அன்னையினிடமிருந்து கொடி வழியே குழந்தைக்கு வரக்கூடிய இரத்தத்தில் சுமார் கால் ஆழாக்கு (3-அவுன்ஸ்) குறைந்து விடுகிறது அதனால் குழந்தையின் பலம் குறையும். கொடியைக் கட்டவேண்டியதற்கு வேண்டிய நூல் கயிறுகள் இரண்டு, ஒரு சாண் நீளத்திற்குக் குறையாமல் வெந்நீரில் போட்டுக் கொதிக்க வைத்தெடுத்துச் சுத்தமான ஒரு கிண்ணத்தில் வைத்திருக்கவேண்டும். பிறகு,கையை நன்றாகச் சவர்க்காரம்(சோப்) இட்டுச் சுத்திசெய்துகொண்டு குழந்தையை மல்லாரக் கிடத்திக் குழந்தையின் தொப்புள் அடியிலிருந்து மூன்று அங்குலம் அல்லது மூன்று விரற்கிடைக்குமேல் ஷை கயிறுகளில் ஒன்றைக் கொண்டு கொடியைச்சுற்றி இறுகக் கட்டி நன்றாய் முடிப்பிட்டு அதற்கு இரண்டு விரல் அளவுக்கு மேல், மற்றொரு கயிற்றினால் முன் மாதிரி கட்டிமுடிந்து, இவ்விரண்டு கட்டுகளுக்கும் நடுவில் கூர்மையானதும் தூய்மையானதுமான கத்தரியினால் குழந்தையின் உடம்பிற் படாமல் கொடியைக் கத்தரிக்க வேண்டும். கொடியைக்கட்டுங் கயிறும், கத்தரிக்கோலும் மருத்துவச்சியின் கையும்மேலே சொன்னபடி துப்புரவு செய்யாமல் அழுக்குடையதா யிருந்தால் அதனால் தீமை விளையும்.

தலைமுழுக்கு:—ஒரு வாயகன்ற தொட்டியில் இளஞ்சூடான வெந்நீரைவிட்டு அதனுள் சிசுவை வ்வைத்துத் தலையை இடது கையால் வெந்நீருக்கு மேல் உயர்த்தித் தாங்கிக் கொண்டு கடற் பஞ்சியினாலாவது, மெல்லிய துணியினாலாவது இலேசாக உடம்பைத் தேய்த்து அதன்மேல் படிந்திருக்கும் வழுவழுப்புப் போகக் கழுவி முழுக்காட்ட வேண்டும். ஆனால் வழுவழுப்புப்போகவில்லையென்று அழுத்தமாகத் தேய்த்துத் தோல் வழண்டு காயப்படும்படி செய்யக்கூடாது. அவ்வழுக்கை போகாமல் கொஞ்சம் இருந்தாலும் அது பின்னால் காய்ந்து உதிர்ந்துவிடும். அழுக்கு கண்ணிலாவது மூக்கிலாவது செல்லாமல் தலையையும் முகத்தையும் வேறே சுத்தமான இளவெந்நீரால்நன்றாய்க் கழுவவேண்டும். பின்னர்,மெல்லிய துணியினால் கால், கை, சந்துகளிலும் மடிப்புகளிலும் ஈரமின்றித் துடைக்க வேண்டும். அதன் பின்னர், முகத்தை மறைக்காமல் கம்பளி அல்லது, துணியால் உடம்பைச் சுற்றிக் குளிர்ந்த காற்றுப்படாத

இடத்திலாவது ஒரு பெண்ணின் மடியிலாவது, குழந்தையைக் கிடத்த வேண்டும். உடம்பைச் சுற்றியிருக்கும் துணியில் சிறுநீர், மலம் படாமல் குழந்தையின் மலவாயிலைச்சுற்றி ஒருதுணி வைப்பது நலம்.

இவ்வாறு குழந்தையை முழுக்காட்டின பின்னர், தொப்புள் கொடியில் ஒரு சமயம் இரத்தம் கசிந்துகொண்டிருக்கலாம். கட்டு நழுவினுல், அல்லது தளர்ந்துபோனுல் தான், இப்படி இரத்தம் கசிந்து கொண்டிருக்கும் கொடி மிகப்பருமனுயிருந்தால் அறுத்த பின்சுருங்கிக்கட்டுத் தளர்ச்சி கொடுப்பதுண்டு இரத்தக்கசிவு கண்டால் முன்போல் ஒரு நூல்கயிறு எடுத்து முன் கட்டுக்கு ஒரு விரற்கிடைக்குக் கீழே அது போலவே பின்னும் கட்டவேண்டும். இரத்தக் கசிவு இல்லாவிடில், ஒரு சுத்தமான துணியினுல் கொடியைச் சுற்றிப் பொதிந்து, சிசுவின் வயிற்றின் மேல்நோக்கி மடித்து வயிற்றுடன் சேர்த்து அரைச்சாண் அகலமும், ஒரு முழ நீளமுமுள்ள மற்றொரு மெல்லிய நல்ல வெள்ளைத் துணியால் உடம்பைச் சுற்றிக் கட்டிவைக்க வேண்டும். இஃதன்றி வேறெதையும் இதன்மேல் போடவாவது, கட்டவாவது கூடாது. மேலும் கொடி, தானுக விழுமுன் அதை அசைத்தல் பிடித்திழுத்தல் முதலான சேட்டைகள் செய்யக்கூடாது. விரைவில் விழவில்லை யென்று கொடியைப் பிடித்திழுப்பதினுல் கொப்பூழ் எழும்பி இடங்கொடுத்து அதில் குடல் வந்திறங்கிப் பெரிதாக எழும்பிப்போகும். பிறந்து ஒரு வாரத்திற்குள்கொடி தானுக அழுகி உலர்ந்து விழுந்துபோம். கொடி விழுந்தபின் அந்த இடத்திலிருக்கும் புண்ணில், †புண்ணாற்றும் எண்ணெய்யை அல்லது களிம்பைத் துணியில் தடவிப் போட்டு வந்தால், பத்து பதினைந்து நாட்களில் புண் ஆறிப்போகும்.

கொப்பூழ்க் கொடியைப் பதனமாய்த் துடைத்துக் கட்டிவைப்பதைப்பற்றிய செய்கை முன்சொல்லப்பட்டிருக்கிறது குழந்தை பிறந்த 24-மணி நேரத்திற்குள் கொப்பூழ்க் கொடியில் மிக மாறுதல் இராது. பிறகு, அதன் அடியில் ஓர் கோடு வரையப்பட்டதுபோன்ற குறி காணும். அக்கோட்டிற்கு மேல்பாகத்தில் கொடி மெதுவாய் உலர்ந்து நிறம்மாறிச் சுருங்கும். மூன்று முதல் ஆறு நாட்களுக்குள் அக்கொடி தானேகாய்ந்துஉதிர்ந்துபோம் பின்னர்க்கொடியிலிருந்து பிரிந்த இரத்தக் குழாய்கள் முறையாய்க் குறுகும். கொடியின்

† மருந்து அட்டவணையில் காண்க.

அடிப்பாகம் நாபிக்குள் ஒடுங்கி, வயிற்றின்மீது குடலைப் பிதுங்க வொட்டாமல் தடுக்கும். கொடியைப்பற்றிய கவனமெல்லாம் அது ஈரமில்லாமலும் புண்ணுகாமலும் இருக்கப் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டியதுதான்.

உடை:—குழந்தைக்கு இரண்டு மாதம்வரை கட்டாயம் வயிற்றைச்சுற்றி மெல்லிய கம்பளித் துணியாவது பருத்தித் துணியாவது கட்டிவரவேண்டும். இதற்காக மெல்லிய கம்பளித் துணியில் நாலு அல்லது ஐந்து அங்குல அகலமும் இரண்டுமுழ (ஒருகஜ) நீளமுமுள்ள துண்டுகள் இரண்டு மூன்றுக்குக் குறையாமல் முன்னரே தயார்செய்து வைத்துக் கொள்வது நலம். குழந்தையின் சிறுநீர் உடுப்பில் பட்டு அழுக்காகி. அடிக்கடி அவைகளை மாற்றும்படி நேரிடாமல், ஒரு முழச் சதுரத் துண்டுகளை மூலை வடிவமாக மடித்துக் கரைகளை இணைத்துத்தைத்து மூன்று மூலைகளிலும் நாடா வைத்துத் தைத்ததுண்டுகள் பத்துப் பனிரண்டு செய்துவைத்திருக்கவேண்டும்,

குழந்தைக்குத் தலை முழுக்காட்டிக் கொப்பூழில் துணி சுற்றினவுடனே மேற்சொல்லிய துண்டுகள் ஒன்றினுல், நீளமான பக்கம் அரையைச் சுற்றி வரவும், மூலைப்பக்கம் இரண்டு தொடைகளுக்கும் நடுவில் மலவாயிலை மறைத்து வரவும் சுற்றி, நாடாக்களைச் சேர்த்துக் கட்டவேண்டும். பின்னர், மேற்கண்ட கம்பளித்துணிகள் ஒன்றினுல் கொடியை வயிற்றின் மேற்பாகமாக மடித்துச் சேர்த்து வயிற்றை மூன்று சுற்றுசுற்றி மெல்ல இறுக்கி நாடாக்களால் கட்டலாம்; அல்லது தைத்துவிடலாம். அப்படித் தைக்கும்போது, சிசுவின்மேல் ஊசி படாமல் பதனமாய்ச் செய்யவேண்டும். குண்டுசிகளால் குத்திச் சேர்க்கக்கூடாது. மூடுசியினுல் (சேவ்ட்டி பின்) தைத்தல் வேண்டும். இல்லையேல் அபாயங்கள் நேரிடும். வயிற்றுக்கு மேல் நெஞ்சில் இந்தக் கட்டுகள் வருதல் கூடாது. அப்படிக் கட்டினுல் அதனுல் குழந்தை தாராளமாக மூச்சு விடத் தடை யுண்டாகும். இப்படிக்கட்டும் வயிற்றுக் கட்டை ஒரு மாதத்திற்கு மேல் கொஞ்சங் கொஞ்சமாக அகலத்தில் குறைத்துவந்து கடைசியில் நிறுத்தி விடலாம். இவ்விதமாக வயிற்றிலும் இடையிலும் துணிகள் சுற்றிக் கட்டிவந்தபின், குழந்தைக்கு மெல்லிய துணியினுல் தைத்த தளர்த்தியான ஓர் உடை (சட்டை) போடலாம். பாதங்களுக்கு, மெல்லிய் கம்பளி நூலினுல் பின்னிய காலுறையிடலாம். குழந்தைக்குக்

கனமான உடுப்புகள் போடுதல் கூடாது. கை கால்களை அதன் விருப்பப்படி நீட்ட மடக்கத் தக்கதாக உடை தளர்த்தியாயிருக்க வேண்டும். இப்படி உடை உடுத்தினபின் சிசுவைத் தாய் மார்போடணைத்துக் கிடத்தினால் இது தாயின் பாலையுண்டு தாயின் உடம்பின் சூட்டினால் செம்மையாய் உறங்கும்.

நல்ல இள வெந்நீரால், குழந்தையின் தலையையும் உடலையும் கழுவ வேண்டும். மற்றெவ்வித முழுக்கும் குழந்தைக்குச் செய்விக்கக்கூடாது. மருத்துவர் உத்தரவின்றி ஆமணக்கெண்ணெய் தவிர, வேறெவ்வித பேதி மருந்துங் கொடுக்கக்கூடாது. சர்க்கரை, தேன் இவைகளைத் தனித்தனியேயாவது, கலந்தாவது வைத்தியருடைய உத்திரவின்றிக் கொடுக்கக்கூடாது. உடுப்புகளில் குண்டுசி உபயோகப் படுத்தக்கூடாது. தலைக்குக் குல்லா போடக்கூடாது. அதனால் வியர்வை உள்ளடங்கி நீர்க்கோவை யுண்டாகும். இவைகளைத் தாய்மார் அவசியம் கவனிக்கவேண்டும். நமது நாட்டில் பல ஊர்களில் பெண்கள், குழந்தை பிறந்தவுடன் அதற்குச் சேனையூட்டுதல், அல்லது செவ்வெண்ணெய் புகட்டுதல் என்று சேங்கொட்டை ஒன்றை வெட்டி விளக்கெண்ணெய் என்னும் ஆமணக்குநெய்யில் போட்டுக் காய்ச்சி அந்த நெய்யில் ஒரு துளியைத் தேனில் அல்லது சருக்கரையில் கலந்து நாவில் தடவுவார்கள். இதனால் கருங்கிரந்தி, செங்கிரந்தி, செவ்வாப்பு முதலிய சில நோய்கள் நீங்கலாம். சிலர் தேன் அல்லது சருக்கரைப்பாகுஅல்லது இவ்விரண்டுங்கலந்ததைத் தங்களுக்கு அன்பான ஒருவரைக்கொண்டு சிசு பிறந்தவுடனே அதற்குப் புகட்டுகின்றார்கள். அப்படிச் செய்வதனால் செவ்வெண்ணெய் அல்லது சேனை ஊட்டினவர்களின் குணம் அக்குழந்தைக்கும் வருமென்று நம்பிச் செய்கிறார்கள். சேனை யூட்டினவர்களின் குணம் குழந்தைக்கு உண்டாகாது. குழந்தைகள் நல்லவர்களாக வேண்டுமானால், குழந்தைகளுக்கு அறிவு வளருங்காலத்தில் அதனை வளர்ப்போர் தக்கவர்களாயிருந்து அப்பாலர்கட்குத் தக்க அறிவைப் புகட்டுவதினாலும், நெடுநாள் அவர்கள் பார்வையிலிருந்து பழகுவதினாலுமே அவ்வாறு அடைய இயலும். புதல்வரைப் பெறுவது பெரிதல்ல. மக்களை நல்வழியில் வளர்ப்பதுதான் பெரிய காரியம். ஆதலால், பாலரை வளர்க்கும் முறையினை மகளிர் அனைவரும் நன்கு கற்றுக்கொளல்வேண்டும்.

அத்தியாயம் 2

குழந்தை உயிரற்றதுபோல் பிறத்தல்

முன் அத்தியாயத்தில் சிசு பிறந்து வாய்விட்டு அழுததின்பின் செய்யவேண்டிய காரியங்களைக் குறித்துச் சொன்னோம். ஆனால் அப்படி அழாமல் பார்வைக்கு முற்றிலும் உயிரற்றவைகளாகவே சில குழந்தைகள் பிறப்பதுண்டு. இவைகளைச் செத்துப் பிறந்தவைகளென அனுமானித்து அனுபவமில்லாத போலிமருத்துவச்சிகள் அப்புறப்படுத்தி விடுகிறார்கள். இது பெரும்பிழை சில காரணங்களால் சிசுக்கள் பார்வைக்கு உயிரற்றவைபோல் பிறந்தபோதிலும் உடனே தக்க பக்குவங்கள் செய்வதனால் மூச்சுண்டாகிப் பிழைப்பதுண்டு. இப்படிப் பிழைத்த குழந்தைகளில் மேல்நாட்டில் எண்பது வயது வரை இருந்த நியூட்டன் என்னும் ஆங்கிலப் பெரும்புலவர் ஒருவரென்பது அவர் வரலாற்றால் தெரிகிறது. அறிவின்மையால் இப்படி எத்தனையோ அருமையான உயிர்களுக்குச் சேதம் நேரிட்டிருக்கலாமென்பதை அறியலாம். ஆதலால் இப்படி உயிரற்றதுபோல் பிறக்கும் குழந்தைகளுக்குச் செய்யவேண்டிய முறைகளை இதனடியில் விளக்குவாம். ஒவ்வொருவரும் அவற்றை நன்றாய்ப் படித்தறியவேண்டும்,

குழந்தையின் தொப்புட் கொடியாவது, சிசுவாவது அழுகிப் போயிருந்தாலும், அது உயிருடனிருக்கக் கூடாமையான வேறு எவ்வித உறுப்புக் குறைவு ஏற்பட்டிருந்தாலும், அக்குழந்தை செத்துப் பிறந்திருப்பதாகத் தீர்மானிக்கலாம். இவைகளில்லையேல் குழந்தை உயிருடன் பிறந்திருப்பதாகவே எண்ணிக்கொள்ளவேண்டும். சிசு கருவில் இருக்கும்போது தாய்க்கு நேரிட்ட கொடுமையான நோய்களினாலாவது, ஆபத்துக்களினாலாவது, அக்குழவி பிறந்தவுடனே மூச்சுவாங்குவதற்குப் போதுமான சக்தியற்றதாயிருக்கலாம்; அல்லது இரண்டொரு மூச்சு விட்டுப் பின்னர் வலிமையில்லாததால் சுவாசிக்க இயலாமல் இருக்கலாம்.

---

1 பாலர்களுக்குண்டாகும் நோய்களுக்கு மருந்துகள் செய்துக்கொள்ளும் முறைகள் இப்புத்தகத்தின் முடிவில் காண்க.

குழந்தை உயிரற்றதாகப் பிறந்து மூச்சுமில்லாமலிருந்தால் உடனே தொப்புட் கொடியை இரண்டு விரலினல் பிடித்துப் பார்க்க வேண்டும். அதில் நாடி ஓட்டமிருந்தால் குழந்தைக்கு மூச்சு நன்ருய் நிலைபெற்று, அது வாய் திறந்து அழுமட்டும், அல்லது கொடியில் நாடித்துடிப்பு நிற்குமட்டும் கொடியை யறுக்கக்கூடாது. இப்படியிருக்கும் சமயங்களில் மெல்லிய சுத்தமான துணியை விரலில் சுற்றிக் குழந்தையின் வாயிலிட்டு, சளி, அழுக்கு முதலியவற்றை எடுத்து விடவேண்டும். விரலில் சுற்றிய துணி தொண்டைக்குள் படுவதினுலுண்டாகும் கூச்சத்தினல் மூச்சுண்டாகலாம். அன்றியும் மெல்லிய துணியினல் விரைவாக உடம்பெல்லாம் தேய்த்துச் சூடுண்டாக்கி அப்பால் ஒரு சிறு சவுக்கத்தைக் குளிர்ந்தநீரில் நனைத்துப் பிழிந்து அதனல் நெஞ்சிலும், முதுகிலும் மாறி மாறி அடிக்கவேண்டும். குளிர்ச்சி திடீரென உடம்பிற் படவே குழந்தை மூச்சுவிட்டு அழும். இதிலும் மூச்சுண்டாகாவிடில் ஒரு குச்சியில் பஞ்சையாவது, மெல்லிய துணியையாவது சுற்றிப் பாலில் நனைத்துத் தொண்டைக்குள்தடவி நவச்சார உப்பை(ஸ்மல்லிங் சால்ட்)மூக்கில் பிடிக்க வேண்டும். நாபிக்கொடியில் நாடி நின்றவுடனே முந்திய அத்தியாயத்தில் சொல்லிய முறைப்படி கொடியை யறுத்துவிட வேண்டும். அறுக்கும் சமயத்தில் குழந்தையின் முகம் வீங்கிக் கறுத்திருந்தால் கொடியை யறுத்து அதிலிருந்து ஓர் உள்ளங்கை இரத்தம் போகும்படிவிட்டு அதன்பின் இறுக்கிக் கட்டவேண்டும். அப்போது குழந்தையின் சிரசில் கட்டியிருக்கும் உதிரப்பெருக்கு குறைந்து அதனல் நலமுண்டாகும்.

மூச்சுண்டாக வெந்நீர் முழுக்கு:—மேற் சொல்லிய பக்குவங்களினல் குழந்தைக்கு மூச்சுண்டாகாவிடில் கைபொறுக்குஞ் சூடுள்ள வெந்நீருக்குள் குழந்தையின் கழுத்தளவு ஒரு நிமிஷம் வரை வைத்தெடுக்க வேண்டும். அப்படி வெந்நீருக்குள் வைத்தவுடனே உயிர்ப்பு (மூச்சு) ண்டாகாவிடின் வாயகன்ற இரண்டு பாத்திரங்கள் எடுத்து ஒன்றில் இளஞ்சூடான வெந்நீரும், ஒன்றில் நல்ல குளிர்ந்த தண்ணீரும் வைத்துக்கொண்டு குழந்தையை ஒருவர் மல்லார்த்தி ஏந்திக்கொள்ள மற்ருருவர் ஒரு குவளையினல் வெந்நீரை மொண்டு அதன் நெஞ்சின் மேல் சுமார் மூன்றடி உயரத்திலிருந்து சடசட

வென்று வார்த்து உடனே குளிர்ந்தநீரை மொண்டு அதையும் அப்படியே வார்க்க வேண்டும் இப்படி மாற்றி மாற்றி வெந்நீரும், தண்ணீரும், வார்க்க மூச்சுண்டாகும்.

மூச்சுண்டாக மற்றொரு பக்குவம்:—மேற் கூறிய முறையாலும் மூச்சுண்டாகாவிடில் அகன்ற பலகையின் மேல் கம்பளியை விரித்து அதன்மேல் குழந்தையை மல்லாரக்கிடத்தி ஒருதுணியை மடித்துத் தோளுக்கு நேர்கீழே முதுகில் வைத்துக் குழந்தையின் வாயைத் திறந்து நாவை நன்றாய் முன்னாலிழுத்து ஓர் ஆள் பிடித்துக்கொள்ள மற்றொருவர் சிசுவின் தலைப்பக்கமாக நின்று அதன் முழங்கைகளைப் பிடித்துக் கொண்டு நேரே தலைக்குமேல் உயர்த்தி ஒரு விநாடி வைத்திருந்து மறுபடியும் கைகளைக்கீழே விலாப்பக்கமாகக்கொண்டு வந்து அணைத்து இரண்டொருவினாடி விலாவுடன் அழுத்த வேண்டும். இவ்விதமாக ஒரே அளவாய் நிமிஷத்துக்கு 12-அல்லது 16-தடவை செய்ய வேண்டும். இப்படிச் செய்வதில் கையைத் தலைக்கு மேல் உயர்த்தும்போது மூச்சு நுரையீரலுக்குள் தானாகச் சென்று கைகளைக் கீழே கொண்டுவந்து விலாவோடழுத்தும் போது வெளியே போகும். இவ்விதமாகச் செய்யும் போது மூச்சுண்டாவதும் உண்டு.

மூச்சுண்டாக மற்றொரு முறை (ஊதுதல்):—முந்தின முறைப்படி குழந்தையைப் பலகையின்மேல் கிடத்தி அதன் வாயில் மெல்லிய சல்லாவையாவது, பட்டுத்துணியையாவது போட்டு ஊதவேண்டும். அப்படி ஊதுஞ் சமயத்தில் இன்னொருவர் ஒரு கையால் குழந்தையின் மூக்கை இறுகப்பிடித்துக்கொண்டு மற்றொரு கையை அதன் மார்பின் கீழ் பாகமாகிய நெஞ்சுக்குழியின் மேல் வைத்து ஊதிமுடிந்தவுடனே மார்பின்மேலிருக்கிற கையால் இலேசாய் அழுத்தவேண்டும். அப்போது உட்சென்ற மூச்சு வெளியேறும். இவ்வாறு ஒழுங்காய் முன்போல் 12 அல்லது 15-தரம்செய்யவேண்டும். இப்படிச் செய்வதனாலும் மூச்சுண்டாகும். முந்தின முறையைப் போல் இது அத்தனை மேலானதல்ல. இப்படிச் சுமார் ஒரு மணிநேரம் வரைசெய்தும் மூச்சுண்டாகாவிடின் சிசு இறந்ததாக எண்ண வேண்டும்.

தென் இந்திய மருத்துவ சங்கத்தின் நோக்கங்கள்

1. மருத்துவ குலத்தவர்களை ஒழுங்கு சேர்த்தல்.

2. தமிழ்மருத்துவப் பள்ளிக்கூடங்கள் வைத்து ஆண் பெண்களுக்கு மருத்துவக்கலை கற்பித்தல்.

3. தமிழ் மருத்துவக் கல்லூரி (வைத்திய கலாசாலை) ஏற்படுத்துதல் பரீட்சையில் தேறியவர்களுக்கு யோக்கியதாபத்திரம், பட்டம் முதலியன அளித்தல்.

4. சுகாதார, மருத்துவ பத்திரிகை நடத்தல்.

5. மருத்துவ சாலைகள் ஏற்படுத்தி, ஏழைகளுக்கு இனமாக வைத்தியம் செய்தல்; கல்வி அறிவுள்ள தமிழ் மருத்துவச்சிகளைக்கொண்டு பிள்ளைப்பேறு பார்த்தல்.

6. வெளிவந்துள்ள பல தமிழ் மருத்துவநூல்களிலுள்ள பிழைகளைத் திருத்தி அந்நூல்களை அச்சிடுதல்; அச்சுக்கு வராத நூல்களை அச்சிடுதல்.

7. மருத்துவகுலச் சிறுவர் சிறுமிகளைத் தமிழ், ஆங்கிலம் கற்கச்செய்தல்; ஊக்கமுள்ள சிறுவர்களை உயர்தரக் கலாசாலையில் படிக்கவைத்தல்.

8. பல இடங்களில் சுகாதாரம், வைத்தியம் முதலியவைகளைப் பற்றிய விரிவுரைகள் நிகழ்த்துவித்தல்.

9. ஆண்டுகள்தோறும் மருத்துவர் மகாநாடுகூட்டி மருத்துவ வகுப்பினரின் முன்னேற்றத்திற்கும், தமிழ் வைத்திய வளர்ச்சிக்குமுரிய தீர்மானங்கள் செய்தல்.

சங்கத்தின் அங்கத்தினர்களுக்கு ஒருவருட சந்தா ரூ. 3—0—0

காரியதரிசி,

தென் இந்திய மருத்துவர் சங்கம்,

221, தங்கசாலைத் தெரு,

சென்னை

தென்னிந்திய மருத்துவர் மூன்றுவது மகாநாடு.

அன்புமிக்க மருத்துவ சகோதரர்களே!

தென்னிந்திய மருத்துவர் மூன்றுவது மகாநாடு நடத்துவதற்கு ஏற்பாடுசெய்து திருநெல்வேலி ஜில்லா முழுவதிலும் தலைக்கட்டு வரிகள், நன்கொடைகள் வசூலிப்பதற்கும் மகாநாடு விஷயமாய் பிரசாரம் செய்வதற்கும் திருச்செந்தூர் மடம் டிரஸ்டி மெம்பர்களையும், பாபவிநாச மடம் டிரஸ்டி மெம்பர்களையும், அவர்களுடன் ஒத்துழைக்க தச்சநல்லூர் மு. குலசேகரம் பண்டிதர் அவர்களையும், திருநெல்வேலி தி. முத்துசாமி பண்டிதரையும், சேர்மாதேவி மு. வேலு வைத்தியரையும், ஷியூர் வ. மு. சுவாமி பிள்ளையையும் நியமித்திருப்பதால் இச்சில்லா மருத்துவ சகோதரர்களும் மற்ற ஜில்லாவிலுள்ள மருத்துவ சகோதரர்களும், சிலோன், மலாய் நாடு நெட்டால் முதலிய ஊர்களிலுள்ள மருத்துவ சகோதரர்களும் தங்கள் தங்களால் இயன்ற அளவு ஒத்துழைத்து இதற்குமுன் 1, 2, மகாநாடுகள் நடந்ததைவிட சிறப்பாக நடத்துவிக்க வேணுமாய் கேட்டுக்கொள்ளப்படுவதுடன், மகாநாடு விஷயமாய் ஆலோசனை சொல்லப்பட்டவர்கள் நேரிலும், திராவிடன், குடியரசு பத்திரிகை மூலமாகவும் தெரிவித்து கொள்ளவும் கேட்டுகொள்ளப் படுகிறார்கள். மகாநாட்டு விஷயமான அறிக்கைகளும் ஷை பத்திரிகைகள் மூலமாகவே வெளிவருமென்பதையும் தெரிவித்துக் கொள்ளப்படுகிறது. மகாநாட்டுத் தலைவர் இடம், கால முதலியவைகள் விரைவில் அறிவிக்கப்படும். மகாநாடு சம்பந்தமாய் கடிதங்கள் மணிஆர்டர்கள் அனுப்புகிறவர்கள் அடியிற்கண்ட விலாசத்திற்கு அனுப்பும்படியும் கேட்டுக்கொள்ளப்படுகிறது.

டாக்டர், எம். பி. சங்கரசுப்பு பிள்ளை,
ரிட்டையர்டு டாக்டர்,
பத்தமடை.
சேர்மாதேவி வழி, திருநெல்வேலி ஜில்லா.

மருத்துவ குலத்தாருக்கு முக்கிய அறிக்கை.

இந்திய மஹாவீர் இண்டஸ்டிரியல்ஸ் லிமிடெட், ஆக்ரா

அன்புள்ள சகோதரர்களே !

நமது குலத்தின் நலத்திற்காக மேற்குறித்த பெயருள்ள கைத்தொழில் கம்பெனி ஒன்று நியமிக்கப் பட்டுளது. இது துரைத்தனத்தார் சட்டப்படி ரெஜிஸ்தர் செய்யப்பட்டிருக்கிறது. இத்தகைய கம்பெனி ஒன்று நம்மவர்க்காக நியமித்துள்ள விஷயத்தைப் பற்றிப் பெருமகிழ்ச்சி அடைகின்றோம்.

நமது குலத்தார் இக்கம்பெனியில் சேர்ந்து இதன் விருத்தியைக் கவனித்து, விரைவில் இது உன்னத நிலையை எய்துமாறு ஊக்கம் செலுத்துவார்களென்று நம்பி அவர்கள் அன்பையும் ஆதரவையும் நாம் எதிர்ப்பார்க்கின்றோம்.

மேற்கூறிய கம்பெனியில் வெவ்வேறாக ஐந்து எந்திரசாலைகளும், தொழிற்சாலைகளும் இணைக்கப்படும். அவையாவன:—சுற்றும், மாவரைக்கும் எந்திரசாலை ஒன்று; அஃது 1000 மணங்குமாவை 24 மணிநேரத்தில் அரைக்கக் கூடியது. 1100 மணங்கு ஐஸ்ஸை 24 மணிநேரத்தில் செய்யக்கூடிய ஐஸ் தொழிற்சாலைகள் இரண்டு. இரும்புத்தொழிற்சாலை ஒன்று. வளையல்கள் முதலியவை யெய்யக்கூடிய கண்ணாடி எந்திரசாலை ஒன்று. ஆகமொத்தம் ஐந்தாம். இவைகளுக்கு முதற்பணம் பத்து இலட்சம் ரூபாய்வைத்து ஏறக்குறைய 100க்கு 12 ரூபா வருடத்தில் இலாபம் வருமாறு செய்தல்வேண்டும்.

இத்தகைய கம்பெனிகள் நியமிப்பதால் நமது குலத்தவருக்கு உயர்ந்த கைத்தொழில்கள் கிடைப்பதோடு, பணமும் மிகுதியாகக்கிடைக்கும். தாழ்ந்த தொழில்களைக் கைக்கொள்ளுதல் ஒழியும்; இழிவுநீங்கிப் பெருமைவளரும் துரைத்தனத்தார் நம்மைமதித்து நமது உரிமைகளைத் தடையின்றிக் நமக்குக் கொடுக்க முன்வருவார்கள். மற்றக் குலத்தவர்களும் நம்மை மேன்மையாகக் கருதி, நம்மோடு கலந்து, எல்லாவிஷயங்களிலும் ஒழுங்காக நடந்து கொள்வார்கள்.

இக்கம்பெனியில் சேர்வதற்குப் பங்கு ஒன்றுக்கு 5 ரூபா. இத்தொகையை மாதம் ஒன்றுக்கு ஒரு ரூபாவாக ஐந்து மாதங்களில் கட்டலாம். இது எவ்வளவு ஏழ்மையான நிலையுள்ளவர்களுக்கும் கஷ்டம் அன்று. இதனால் அவர்களுக்குப் பின்னர் அதிக பொருள் இலாபம் உண்டு. அதுவும் அன்றி, நமது குலத்தவர்கள் கைத்தொழில்களின் மாட்சியையும், வியாபாரத்தின் நுணுக்கங்களையும் நாளடவில் நன்குணர்ந்து நலம் அடைவார்கள்.

மேற்கூறிய கம்பெனி செழித்து ஓங்குமானால், ஒரு வருடத்திற்கு நூற்றுக் கணக்காக இஞ்சின் டிரைவர்கள், இஞ்சினுக்குக் கரிபோடுபவர்கள், பிட்

டர்கள், மோல்டர்கள், மா அரைப்பவர்கள், ஐஸ் செய்பவர்கள், நூல் இழைப்பவர்கள், சாயம்போடுபவர்கள், இரும்புவேலை செய்பவர்கள், கண்ணாடிவேலை செய்பவர்கள், கடைச்சல்வேலை செய்பவர்கள் முதலிய பற்பல தொழில் செய்பவர்கள் நமது குலத்தில் ஏற்படுவார்கள். அவர்கள் அத்தொழில்களில் கைத்திறம் அடைவதால், அவர்களுக்கு உயர்ந்தவேலைகள் எங்கு வேண்டுமானாலும் கிடைக்கும் இதைப்பற்றி அதிகமாக விரித்துரைக்க வேண்டியதில்லை.

மேற்குறித்த நலங்களை யுத்தேசித்து நமது குலத்திலுள்ள ஏழைகளும், பணக்காரர்களும், கற்றவர்களும், கல்லாதவர்களும் இக்கம்பெனி விருத்தியாகுமாறு தாங்கள் எவ்வளவு அதிகமாக '5 ரூபா பங்குகள்' எடுத்துக்கொள்ளக் கூடுமோ அவ்வளவு மனப்பூர்த்தியாக எடுத்துக் கொள்ளுமாறு அவர்களை மிகவும் வேண்டிக் கேட்டுக்கொள்ளுகின்றோம்.

இவ்விந்தியநாடு முழுவதும் உள்ள மருத்துவ குலத்தவர்கள் ஏறக்குறைய 27 இலட்சம்பேர் இருக்கின்றனர். அவர்கள் ஒவ்வொருவரும் தங்களால் இயன்றவரையில் '5 ரூபா பங்கு' எடுத்துக் கொள்வார்களானால் நமது எண்ணம் நிறைவேறுவதற்கு என்ன தடையுளது ?

இக்கம்பெனி தலைசிறந்து விளங்கவேண்டுமானால், நம்மவர்களுடைய ஒற்றுமை நலமும், உதவியும் அவசியம் இருத்தல் வேண்டும். ஆதலால் நம்மவர்கள் கருணையோடு இந்த மிகச்சிறப்பான கம்பெனியில் பங்குகள் அதிகமாக வாங்கித்தமது குலத்தின் மேன்மையைக்காப்பாற்றிக் குலத்தவர்களின் வாழ்க்கையைச் சுகமான நல்வாழ்க்கையாகச் செய்யுமாறு அவர்களின் கருணைத்திறத்தை நாடி, அவர்களைப் பன்முறை கேட்டுக் கொள்ளுகின்றோம்.

சந்தாதாரர்கள் ஆவதற்கு வேண்டிய அப்ளிகேஷன் பாரமும், சட்டப் புத்தகமும் மேற்கூறிய கம்பெனியின் ஏஜெண்டுக்கு எழுதிப் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

இங்ஙனம்:

மருத்துவ குலத்தின் நலத்தை வளர்க்கக் கடமைப்பட்டுள்ள அடிமைகள்

இராஜாசந்த் கோவியா, லாகூர்
ஜீவன்மால் லாகூர்
ஹீராலால். பாட்னு.
N. G. அமிர்தகார். B. A LL. B. அம்ரோட்
துர்கா பிரசாத் B. A. LL. B.
பண்டிட். எஸ். எஸ். ஆனந்தம். சென்னை.
டாக்டர். ஹார்டையால் சிங் மொரடாபாட்
உத்தாம் சந்ராட்டன்சந். ஔரங்கபாத்.
சையாராம் B. A. L. T. பேடான்.
சுரேந்திரசிங். மீரட்.
சுஜான்சிங்க். ஆக்ரா.

மகா சந்தனாதித் தைலம்

வெண்பா

'இன்ப மணம்வீசும் இளநரையத் தான்தடுக்கும்
துன்பமெலாந் தூர விலக்கிவிடும்—அன்பாக
ஆநந்த ரின்சந்த னாதித்தை லந்தன்னை
ஆநந்த மாயாண்டு பார்'

இம் மகா சந்தனாதித்தைலம் கண்சிவத்தல், கண் எரிச்சல், கண்ணில் நீர்வடிதல், இளமை தடித்தல், கண்ணிற் பூவிழுதல், படலங்கள், பார்வைக் குறைவு முதலிய கண்ணோய்களையும், காது இரைச்சல், காதில் நீர்வடிதல், சீழ்வடிதல், நோதல், கேள்விக் குறைவு (காது மந்தம்) முதலிய செவிநோய் களையும், மூளையின் வலிவுக் குறைவு, மயக்கம், ஒற்றைத் தலைநோய், பிடரி நோய் முதலியவைகளையும், இளமையில் மயிர் நரைத்தல், மயிர் உதிர்தல், தலைவழுக்கை, புழுவெட்டு, பொடுகு முதலியவைகளையும், மூக்கைப் பற்றி வரும் பீனசநோய்களையும், பல்லின்வேரைப் பற்றிவரும் நோய்களையும், பொதுவாகக் கழுத்திற்கு மேற்பட்ட எல்லாப் பிணிகளையும் கண்டிக்கும், மிகுந்த மூளை உழைப்புள்ளவர்களுக்கும், கல்வி பயிலும் மாணவர்களுக்கும், இத் தைலம் மூளைச்சோர்வை நீங்கிக் குளிர்ச்சியைத் தரும்; தலைமயிரைக் கறுக்கச்செய்து மிகவிரைவில் வளர்க்கும். பக்கவாதம், காசம், இருமல், நீர் வியாதி (மதுமேகம்), கரப்பான், சொறி, சிரங்கு, கைகால் எரிச்சல், தேமல், கற்றாழைநாற்றம் முதலிய நோயுள்ளவர்கட்கு இந்தச் சந்தனாதித் தைலம் இன்றியமையாது வேண்டப்படுவதாகும். வைசூரிநோயால் உடல் வெதும்பி, இரத்தம்சுண்டி, மயிர் உதிர்ந்து, அம்மைத்தழும்பினால் அழகற்று வலிவற்றி ருப்பவர்கட்கு இது மிக விரைவில் அக்குறைகளை நீக்கி நலந்தரும். நோ யில்லாத ஆண் பெண் சிறியோர் முதல் முதியோர்வரை எல்லோரும் இதனைப் பயன்படுத்தலாம். இது சூரியவெப்ப மிகுந்த கோடைக் காலத்திலும், மற் றக் காலங்களிலும் யாதொரு ஐயமுமின்றி நாள்தோறும் தலையிற்றடவி மயிர் வாரிக்கொள்ளவும், தலை முழுகவும் பயன்படும்; இனிய மணமும் உயர்ந்த குணமுமுடையது.

இம் மகா சந்தனாதித்தைலத்தைப் பல அரசர்களும், பல ஆங்கில மருத் துவர்களும், மற்றும் பல செல்வர்களும் ஆண்டு அனுபவித்த நற்குணங்களை எழுதி இருக்கின்றார்கள். அவைகளை எமது மருந்து விலைப்பட்டியின் நன் மதிப் பிதழ்களில் காணலாம்.

24-அவுன்சு ரூபா	4	4	0
12-அவுன்சு	2	4	0
6-அவுன்சு	1	3	0

சென்னை ஐகோர்ட்டு ஜட்ஜாகவிருந்த

டாக்டர், சர். எஸ். சுப்பிரமணிய ஐயர் அவர்கள்

"பண்டிதர் எஸ். எஸ். ஆனந்தம் அவர்களின் மகா சந்தனாதித் தைலத்தை, எங்கள் குடும்பத்தில், உபயோகித்து மிக நன்மை அடைந்தோம். அது மனோகரமாக இருப்பதோடு நல்ல குணமும் செய்கிறது. நெடுநாளாக அத் தைலத்தையே உபயோகித்து வருகின்றோம். அவருடைய மற்ற மருந்து களை, பலரும் உபயோகித்து நலமடைவதாகத் தெரிகிறது."

சர். C. சங்கர நாயர் அவர்களின் மனைவி,
(லேடி சங்கரன் நாயர்)

"பண்டிதர் எஸ். எஸ். ஆனந்தம்பிள்ளை அவர்களின் மகா சந்தனாதித் தைலத்தை உபயோகித்து வருகிறேன். அது மிகவும் குளிர்ச்சியாயும் மண முள்ளதாயும் இருக்கிறது.

சென்னை ஐகோட்டு ஜட்ஜ்

சர். T. சதாசிவ ஐயர் M. A. B. L. அவர்கள்

பண்டிட் எஸ். எஸ். ஆனந்தம் அவர்கள் புகழ்பெற்ற பரம்பரை மருத்துவ குடும்பத்தில் பிறந்தவர். இவருடைய மருத்துவ சாலையில் செய்யப்படும் மருந்துகளில், ஜீரணிலேகியம், மகாசந்தனாதித் தைலம், கல்நார் பற்பொடி முதலியவைகளை நானும் எனது குடும்பத்தினரும் உபயோகித்து அதன் குணத்தைப் பற்றி மிக மகிழ்ச்சி அடைகின்றோம். இவர் நமது நாட்டு மருத்துவத் தொழிலுக்குரிய மருத்துவ வகுப்பினர்களை நல்ல மருத்துவர்களாக்கவும் மிகப்பாடுபட்டு வருகின்றார்,

சென்னை ஐக்கோர்ட்டு ஜட்ஜ்

ஆனரபில் டி. வி. சேஷகிரி ஐயர் அவர்கள்

"பண்டிட் எஸ். எஸ். ஆனந்தம் அவர்களின் சந்தனாதித் தைலம் கண்ணுக்குக் குளிர்ச்சியையும் தேகத்துக்கு ஆரோக்கியத்தையும் உண்டு பண்ணுகிறது.

இராமநாதபுரம் அரசர் M. L. C.
(சேதுபதி அவர்கள்)

"பண்டித எஸ். எஸ். ஆனந்தம் அவர்களை வெகுகாலமாக எமக்குத் தெரியும். அவர் வழி வழி வந்த மருத்துவ குடும்பத்தில் பிறந்தவர். அவருடைய அமுத சூரபி என்னும் தாது விருத்தி இலேகியம், மகா சந்தனாதித் தைலம் ஆநந்த பாம், பற்பொடி முதலிய மருந்துகளை உபயோகித்துக் குணமடைந் திருக்கின்றோம். அதைப் பலர்க்கும் மிக மகிழ்ச்சியுடன் தெரிவிக்கின்றோம்."

எட்டயபுரம் அரசர்

"பண்டிதர் எஸ். எஸ். ஆனந்தம் பிள்ளை அவர்கள் தமிழ் வைத்திய முறையில் மிகத் திறமையும், அநுபவமு முள்ளவர் எனக்கு, சென்னையில்நேர்ந்த கொடிய பல் நோய்க்குப் பலமருந்துகள் உபயோகித்தும் பயன்படவில்லை கடைசியாகப் பண்டிதர் ஆனந்தம் பிள்ளையின் பற் பொடி, ராயல் டூத் பேஸ்ட் என்னும் பல் துலக்கும் மருந்தினை உபயோகித்து விரைவில் நலமடைந்தேன். அவருடைய அமுத சூரபி என்னும் தாது விருத்தி மருந்து, போன் மருந்து, சந்தனாதித் தைலம் முதலியவைகள் எவ்வகையிலும் திருப்தியைத் தருகின்றன. நமது நன்மதிப்புக் குறியாகத் பொற்றோடா, பொற் பதக்கம் முதலிய வெகு மானங்களும் செய்துள்ளோம்."

அமுத சுரபி

சிறந்த தாது விருத்தி லேகியம்

இஃது ஆண், பெண் இருபாலருக்கும் எவ்வகைக் காரணங்களினுலாவது விந்து கெட்டு வலிவு குறைந்து, நரம்புக்கட்டுகள் தளர்ச்சி அடைந்து, இந்திரியக் கசிவு, கனவிற் கழிதல், விரைவிற் கழிதல், பொருந்த விருப்பின்மை, குறி துவளல் முதலிய துன்பங்களால் புத்திரப் பேற்றுக்கு வகையின்றி வருந்துவோர்களுக்கு அத்தகைய துன்பங்களை நீக்கி, அமுத மயமான உடம்பையும், வலிவையும், நல்லறிவையும், அழகையும், நீண்ட ஆயுளையும், மக்கட் பேற்றையும், பொன் போன்ற மேனியையும் தருமென்பதில் யாதொரு ஐயமுமில்லை. இது சித்தர்களின் முறை.

அமுத சுரபி உயர்ந்த பல்வகைப் பிசின் வகைகள், வித்து வகைகள், அரிய மூலிகைகளின் சத்துக்கள் முதலிய அரும்பொருள்களைக் கொண்டுள்ளது. இஃது அருந்துவதற்கு இனிமையாகவும், இலேகிய பாகமாகவும் செய்யப் பட்டுள்ளது.

அமுத சுரபியை அருந்தி அநேகர் துன்பங்களினின்றும் நீங்கி இன்பமடைந்திருக்கின்றனர்.

40-நாள் மருந்து விலை ரூபா	5	0	0
20-நாள் மருந்து விலை ரூபா	2	12	0

சீரணி இலேகியம்

ஆணவ மலம் நீங்காது நமது உயிரைப் பற்றி அடிக்கடி துன்பத்தில் அழுத்துவதைப் போல் நமது உடம்பிலிருந்து நாள்தோறும் கழியவேண்டிய மலம் நீங்காமல் உடம்பில் தங்கித் தீமைசெய்குவதால் நாம் அடிக்கடி நோயால் வருந்துகின்றோம். ஆதலால் மல பந்தத்தை நாள்தோறும் கழிப்பதே நோயற்ற வாழ்க்கைக்கு முதற் காரணமாகும்.

சீரணி இலேகியம் யாதொரு வருத்தமுமின்றி நாள்தோறும் மலத்தைக் கழித்து, மலச்சிக்கலால் வரும் நோய்கள் எல்லாவற்றையும் நீக்கும் ஓர் அருமருந்து.

சீரணி இலேகியம் உண்ட உணவை நன்றாய்ச் செறிக்கச் செய்து நாள்தோறும் மலத்தைச் செம்மையாய்க் கழிக்கும்; பசியின்மை, பித்தவாயு, புளியேப்பம், குலை எரிச்சல், வயிற்றுநோய், குன்மம், மார்புநோய், இடுப்புநோய், இருமல், மயக்கம், வாந்தி, சுவையின்மைமுதலிய நோய்களை நீக்கும். சீரணி இலேகியத்தை குழந்தை முதல் கிழவர் வரையில் ஆண் பெண் இரு பாலரும் அருந்தலாம்.

பெரிய டப்பி விலை ரூபா	3	0	0
சிறிய டப்பி விலை ரூபா	1	10	0

தொழுநோய் அல்லது குஷ்ட நோய்க்கு மருந்து.

குடிநெய் (மேகநிவாரணகிருதம்)

இது, கருப்பத்திலுண்டான மேக நோய்கள், நடுவில் தனது செய்கை தவறால் வந்த மேக நோய்களாகியகிரந்தி, கருமேகம், செம்மேகம், வெண் மேகம், வெடிமேகம், தோல் தடித்துத் தின வெடுத்தல், தோல் உணர்வற்று மறத்தல், குட்டம் முதலிய நோய்களையும், மூலம், பவுத்திரம் முதலிய நோய்களையும் போக்கும் அரு மருந்து.

40-நாள் மருந்து 5 0 0
20-நாள் மருந்து 2 10 9

மானேஜர்,

தமிழ் மெடிகல் ஹால்

221. தங்கசாலை வீதி சென்னை.

சித்தர் களஞ்சியம்

இஃதோர் அரிய நூல் சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம் வைத்தியம், சோதிடராசி, அட்டமாசித்து முதலியவைகளின் சாரம் அடங்கியுள்ளது. ஆண், பெண், இருபாலரும் முடிவில் பிறப்பற்றுச் சாயுச்சிய பதவியை அடைய இந்நூல் ஒரு சிறந்த துணையாகும். 162 பக்கங் கொண்டது.

விலை ரூ. 1—8. காலிகோ பயிண்டு ரூ. 2.

வைத்திய பூபதி-பண்டிட் K. S. பொன்னம்பலம்,

பரஞ்சோதி வைத்தியசாலை,

கும்பகோணம்.

முயல் இரத்த சம்பந்தமான கேச இரக்ஷணி தைலம்.

புட்டி 1-க்கு ரூ. 1 0 0 புட்டி 3-க்கு ரூ. 2 10 0

முயல் இரத்தம், ஆனைத்தந்தம், உயர்ந்த மூலிகை, பரிமள வாசனை திரவியங்களையும் சேர்த்து தயார்செய்யப்பட்ட இத்தைலத்தைத் தடவிவர பயிர் உதிர்தல், வெளுத்தல் செம்பட்டை முதலியவைகள் நிவர்த்தியாகி கூந்தலை கறுக்கச்செய்து ஆலம் விழுது போல் வளரச் செய்யும், வி. பி. சார்ஜ் வேறு.

எம். சி. நடேச வைத்தியர்,

சுதேச ஔஷதசாலை,

மேலவீதி, கும்பகோணம்.

வியாசம் எழுதுவோர் கவனிக்க வேண்டியவை

வியாசம் எழுதுகிறவர்கள் கடிதத்தின் ஒரு பக்கத்தில் மாத்திரம் தெளிவாக எழுதி அனுப்பவேண்டும். இராஜ நிந்தனை, மத தூஷணை, மனித தூஷணை, முதலியவைகளும் பொருத்தமில்லாத விஷயங்களும் பிரசுரிக்கப்படமாட்டா. வியாசங்களைத் திருத்தவும், நிறுத்தவும் ஆசிரியருக்கு முழு உரிமையுண்டு. பிரசுரிக்காத வியாசங்கள் திருப்பி அனுப்பப்படமாட்டா.

வியாசதாரர்களின் அபிப்பிராயங்கட்கு ஆசிரியர் உத்தரவாதியல்லர்.

நமது ஆபீசிலிருந்து பதில் வர விரும்புவோர் ரிப்ளை கார்டாவது, தபால் பில்லையாவது அனுப்பிவைத்தல் வேண்டும்.

கடிதம் எழுதும்போதெல்லாம் ஒவ்வொருவரும் தங்கள் சந்தா எண்ணைக் குறிப்பிட்டு எழுதுதல் வேண்டும்.

விளம்பர விகிதம்

முழுப்பக்கத்திற்கு	ஒரு மாதத்திற்கு	ரூ. 8—0—0
அரைப் பக்கத்திற்கு	,,	ரூ. 5—0—0
கால் பக்கத்திற்கு	,,	ரூ. 3—0—0

மானேஜர்:—

'மருத்துவன்' ஆபீஸ்,

221, தங்கசாலைத் தெரு,

சென்னை.

மருத்துவன் பத்திரிகை சந்தாதாரர் களுக்குள்ள பெரிய லாபம்

பாலர்பரிபாலனம், அல்லது பாலர்வைத்தியம்

மருத்துவனில் மாதந்தோறும் எட்டுப்பக்கம் (ஒரு பாரம்) 'பாலர்பரிபாலனம் அல்லது பாலர்வைத்தியம்' என்பதன் சம்பந்தமாகப் பல வைத்திய விஷயங்கள் வெளியாகும். இப்புத்தகம் சுமார் முப்பது பாரத்துக்குமேல் வரும். சந்தாதாரர்கள் அதனைச்சேர்த்து ஒரே புத்தகமாகப் பைண்டு செய்து கொள்ளவேண்டும். இது வீணான வேடிக்கைக் கதைகளைப்போன்றதும், நாவல்களைப்போன்றதுமன்று இல்லறத்திலிருந்து மக்கள் பேறு அடையும் ஒவ்வொருவருக்கும் இப்புத்தகம் பெருநிதியைப் போன்றது இதில் காணும் ஒவ்வொரு சொல்லும் அமிர்தம்போன்றது. வீட்டிலுள்ள பெண்பாலருக்கு இது மிக முக்கியமாதலால் பெண்கள் படித்துணரும் படியான சாதாரண எளிய நடையில் இப்புத்தகம் எழுதப்பட்டிருக்கிறது பாலரை நோயணுகாமல் வளர்க்கும் முறைகளும், பாலர்களுக்குவரும் நோய்களுக்குத் தாங்களே பரிகாரம் செய்துகொள்ளும் வழிகளும் இப்புத்தகத்தில் தெளிவாக விளக்கிக் காட்டப்பட்டிருக்கின்றன. இப்புத்தகத்தைப் பெண்கள் எல்லோரும் படிப்பதால், சிசு தாயின் கருப்பையினின்று வெளிப்படுங்காலத்தில் அருகிலிருந்து பரிகாரஞ்செய்ய மருத்துவச்சி வேண்டியதில்லை. வீட்டிலுள்ள பெண்பாலார் தாங்களே ஒருவருக்கொருவர் உதவிசெய்து கொள்ளலாம். தாய், கரு உயிர்த்தது முதல் குழந்தைக்குப் பன்னிரண்டு வயது ஆகும் வரையில் குழந்தைகளை அழகுபெறச் சுக வழியில் வளர்க்கவும், நோய்கள் வந்தால் மருத்துவர் (வைத்தியர்) இல்லாமலே தாங்களே பரிகாரஞ்செய்து கொள்ளவும் இப்புத்தகம் மிகவும் முக்கியமானது. இப்புத்தகம் மருத்துவர் மருத்துவச்சிகளுக்கும், மருத்துவ மாணவர் மாணவிகட்கும், பொது ஜனங்கட்கும் தோன்றாத்துணையாக உள்ளது.

மானேஜர்:—**மருத்துவன் காரியாலயம்,**

221, தங்கசாலை வீதி,

சென்னை.

Printed by The Kandan Press, 32, Broadway & Published by
Pandit S. S. Anandam, 221, Mint St., Madras.